

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

QUAND LES ÉTUDIANTS UNIVERSITAIRES COMMUNIQUENT À PROPOS DE LA ROUTINE :
ENTRE MILIEU D'ORIGINE ET NOUVELLES COHABITATIONS

MÉMOIRE
PRÉSENTÉ
COMME EXIGENCE PARTIELLE
DE LA MAÎTRISE EN COMMUNICATION

PAR
RALUCA TOMULESCU

JUILLET 2013

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de ce mémoire se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.01-2006). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

REMERCIEMENTS

De tout cœur, merci à ma directrice de recherche Luce Des Aulniers, anthropologue et professeure titulaire au département de communication sociale et publique de l'UQÀM. Luce, le franchissement de cette étape n'aurait pas été possible sans tes éclairages constants et tout en finesse, l'inspiration que tu m'as fournie, ton soutien et la souplesse que tu as accordée à mes routines (d'écriture, notamment). Grâce à eux, j'ai pu fleurir tant dans ma vie intellectuelle que personnelle.

Merci également aux enseignants dont j'ai croisé la route tout au long de la maîtrise qui, en plus des nombreuses connaissances qu'ils m'ont apportées, m'ont permis d'intégrer un peu plus d'esprit critique et scientifique à mes propres routines. Un merci tout particulier à Gina Stoiciu et Isabelle Mahy pour leurs judicieux conseils, suggestions et pistes de travail.

J'aimerais également remercier le Programme de bourses d'excellence des cycles supérieurs de l'UQÀM (FARE) ainsi que le Syndicat des professeurs de l'UQÀM (SPUQ) pour leur soutien financier.

Je n'oublierai pas d'adresser toute ma reconnaissance à Pierre, Léa, Marcel et Sophie qui, avec disponibilité et gentillesse, ont accepté de partager avec moi un peu de leurs routines.

Enfin, merci à ma famille pour ses encouragements et la patience dont elle a dû faire preuve dans ses routines, à mon égard. Etienne, ta présence à mes côtés et ton soutien inconditionnels me sont précieux et l'ont été tout au long de cette expédition. Merci d'en avoir tant fait pour que je puisse y arriver, des petits plats aux remue-ménages conceptuels.

TABLE DES MATIÈRES

RÉSUMÉ	vii
INTRODUCTION	1
CHAPITRE I : PROBLÉMATIQUE DE DÉPART	
LE MONDE CONTEMPORAIN ET SON RAPPORT AU TEMPS ET À L'ESPACE DOMINANT	7
1.1 Les cultures et les sociétés de l'après moderne	7
1.1.1 Sociétés <i>en</i> changement : le mouvement	8
1.1.2 Sociétés <i>de</i> changement : l'hétérogénéité	9
1.2 Le rapport au temps et à l'espace dominant.....	10
1.2.1 Le temps : une invention de la conscience individuelle	10
1.2.2 L'évolution de la notion de temps dans l'histoire : de temps cyclique à temps linéaire	11
1.2.3 L'espace : un mode de manifestation ou d'expression du social	15
1.2.4 La vitesse comme mode de vie.....	16
1.2.5 Les résultats de « l'éphémérité »	18
1.3 Quelques résistances.....	24
1.4 Les jeunes en contexte	26
1.5 Pertinence sociale de la recherche.....	28
1.6 Questions de recherche dégagées de la problématique	30
1.7 Pertinence communicationnelle de la recherche.....	31
CHAPITRE II : CADRE CONCEPTUEL	
PERMETTANT DE MIEUX APPRÉHENDER LES SIGNIFICATIONS DE LA ROUTINE.....	32
2.1 La notion de routine : premiers abords.....	32
2.2 Étymologie et histoire du terme.....	33
2.3 La routine : exploration des significations actuelles.....	35
2.3.1 Un sens péjoratif	35
2.3.2 La voie de la torpeur	36

2.3.3	Un vocabulaire défaillant	37
2.3.4	La répétition : une évolution créatrice	37
2.3.5	Une charpente incontournable	38
2.3.6	...grâce à la rythmicité	40
2.3.7	Une source de sécurité.....	41
2.3.8	Bricoler pour échapper au temps quantitatif	42
2.4	Un espace-temps pour questionner la routine : le départ de la maison parentale	44
2.4.1	De la construction identitaire	45
2.4.2	Une découverte de soi : « répéter pour être ».....	48
2.5	Des dimensions à documenter en terrain	49
CHAPITRE III		
ÉLÉMENTS DE MÉTHODOLOGIE		51
3.1	La recherche qualitative : repères historiques et fondements	51
3.2	Le récit de vie : la méthode appropriée	52
3.2.1	Le récit de vie thématique.....	54
3.3	De la théorie à la pratique: les aspects techniques du terrain	55
3.3.1	La conception de la recherche.....	55
3.3.2	L'entretien semi-directif	57
3.3.3	L'analyse-interprétation des récits.....	60
3.4	Éthique de la recherche et critères de scientificité	64
CHAPITRE IV		
ANALYSE DES ENTREVIUES RÉALISÉES EN TERRAIN.....		67
4.1	Pierre : engagement social et routines inconscientes.....	68
4.1.1	Portrait	68
4.1.2	Première définition de la routine	69
4.1.3	Routines vécues.....	70
4.1.4	Avis sur routine et temps	77
4.1.5	Projets à long terme	81
4.2	Léa: le refus des limites et la différence chérie	82
4.2.1	Portrait	82

4.2.2	Première définition de la routine	84
4.2.3	Routines vécues.....	84
4.2.4	Avis sur routine et temps	90
4.2.5	Projets à long terme	93
4.3	Marcel : l'organisation serrée.....	94
4.3.1	Portrait	94
4.3.2	Première définition de la routine	95
4.3.3	Routines vécues.....	96
4.3.4	Avis sur routine et temps	101
4.3.5	Projets à long terme	102
4.4	Sophie : aisance, spontanéité et espace propre pour des occupations plaisantes	103
4.4.1	Portrait	103
4.4.2	Première définition de la routine	105
4.4.3	Routines vécues.....	106
4.4.4	Avis sur routine et temps	116
4.4.5	Projets à long terme	118
CHAPITRE V : MÉTANALYSE		
CROISEMENT DES CONSTATS ISSUS DES RÉCITS AVEC LES CONCEPTS RETENUS.....		120
5.1	La (re)construction identitaire des jeunes adultes.....	120
5.1.1	La décohabitation : porte ouverte vers l'autonomie de choix et de routines.....	120
5.1.2	L'évolution des statuts : moins de limites pour l'identité personnelle	122
5.1.3	Le nouvel espace : page blanche et, à la fois, support de l'expression identitaire	123
5.1.4	Un style de vie en transition : balayage du passé et brouillage de l'avenir au profit du présent et du court-terme.....	126
5.2	Les trajectoires des jeunes adultes dans le temps et dans l'espace	128
5.2.1	Une existence marquée par la quête de temps libre	128
5.2.2	Une semaine typique : une gestion serrée des plages horaires contre l'angoisse	130
5.2.3	Le bien-être par la vie collective et le partage	131
5.2.4	Le calme par l'écart de la vie commune.....	134

5.3 La perception de la routine des jeunes adultes.....	136
5.3.1 Définition « rationnelle » de la routine : une source de stabilité.....	136
5.3.2 Perception spontanée de la routine : entre obligation et ennui.....	137
5.4 Pour conclure : un jeu complexe entre identification, affirmation de soi, représentations, et pratiques.....	139
CONCLUSION	142
APPENDICE A RECHERCHE DES PARTICIPANTS (COURRIEL)	146
APPENDICE B RECHERCHE DE PARTICIPANTS (ANNONCE)	147
APPENDICE C GUIDE D'ENTRETIEN	148
APPENDICE D FORMULAIRE DE CONSENTEMENT	152
APPENDICE E CERTIFICAT D'ÉTHIQUE.....	155
BIBLIOGRAPHIE	156

RÉSUMÉ

Lorsqu'on évoque la routine, ce qui nous vient d'emblée à l'esprit, ce sont les notions de paralysie, d'opposition au progrès ou au perfectionnement. Celles-ci s'inscrivent sans doute dans la situation socio-économique des sociétés occidentales d'aujourd'hui, qualifiées par certains auteurs (le premier étant Balandier) de surmodernes, qui voient le rapport au temps et à l'espace des individus, fondements des rapports sociaux et au monde, profondément modifiés : ils sont de plus en plus caractérisés par l'instantanéité, la mobilité, la vitesse, et le changement. Ainsi, s'éloignent les perceptions cycliques d'autrefois, reliées à la lenteur, à l'enracinement, à la durée et à la routine.

Dans la littérature, le concept de routine n'a pourtant pas si mauvaise presse : les auteurs lui reconnaissent certes un sens péjoratif, hérité des principes de division du travail des époques smithienne puis fordienne, mais en décèlent tout autant les bienfaits. Ainsi, malgré que la routine puisse, dans certains cas, entraîner engourdissement ou torpeur, elle procure, grâce à la répétition du rythme des pratiques, structure, sécurité et ainsi stabilité et prévisibilité.

Prenant assise sur ces considérations, la recherche a pour but d'explorer la place de la routine et les représentations dont elle fait l'objet dans un processus de (re)construction identitaire, ces représentations participant à la nature des interactions entre les individus. Plus précisément, les expériences de quatre jeunes adultes québécois de la génération « Y » ayant quitté le domicile parental, vivant en colocation et poursuivant leurs études, sont recueillies, grâce à une démarche qualitative et des entretiens semi-dirigés, sous forme de récits de vie thématiques. En effet, le processus de (re)construction identitaire entraîné par l'installation dans un nouvel environnement s'avère un terrain fertile pour la mise en place de routines, d'où sa pertinence d'étude. Pour ce qui est de la dimension générationnelle, elle nous permet de relier ces représentations de la routine à la situation socio-économique abordée plus tôt, puisque les jeunes adultes de la génération « Y » sont les premiers à avoir vécu quasi totalement dans le contexte de modification des rapports au temps et à l'espace évoqués précédemment.

À partir du croisement des récits des quatre collaborateurs et des concepts retenus lors de la démarche théorique, plusieurs constats se dégagent, en ce qui concerne les jeunes adultes : 1) leur rapport à la routine est ambivalent : bien qu'existante, elle est inavouée ou contestée; 2) la routine, suivie tel un parcours, mène aux activités essentielles de l'existence; 3) la routine permet la ventilation mentale et la résistance au chaos; 4) la routine permet l'hygiène mentale, voire une certaine harmonisation des composantes de l'identité. Enfin, le repérage de ces constats nous a permis de comprendre que le contexte socio-économique ne pèse pas aussi lourd que nous l'aurions pensé dans le passage à l'action de routine des jeunes adultes; celui-ci est davantage en lien avec l'étape de vie qu'ils sont en train de traverser, entre-deux séparant l'adolescence de l'âge adulte, axée sur l'exploration. L'appropriation de l'univers quotidien est alors priorisée afin de « tâter » le maximum de possibilités avant la prochaine étape, la véritable entrée dans la vie adulte.

Mots clés : Routine, temps, espace, génération « Y », identité, théorisation ancrée

INTRODUCTION

Motivations de recherche

Cela fait un petit bout de temps que le lien routine-identité personnelle trotte dans ma tête. J'attribue sa raison d'être à mon parcours personnel, parsemé d'événements où ce lien a été mis à l'épreuve. Je pense ici, d'abord, aux deux immigrations que j'ai traversées avec mes parents, la seconde – de la Belgique vers le Canada et plus précisément, le Québec – ayant en fait été l'élément déclencheur de plusieurs prises de conscience, en raison sans doute de l'âge, plus avancé, que j'avais lorsqu'elle est survenue. Ainsi, c'est alors que j'ai commencé à constater la difficulté de poursuivre normalement la vie quotidienne alors que presque tous nos repères, eux, ne sont plus là : les produits que l'on consomme, les trajets que l'on entreprend chaque jour et les moyens de transports qui nous le permettent, les personnes que l'on fréquente, leur façon de parler, de percevoir la vie, les saisons, les divertissements et les services qu'on nous propose (et bien d'autres choses encore!), tout est nouveau... et différent... et, en ce qui m'a concernée, particulièrement anxiogène ; être entouré(e) d'objets, de personnes, de conceptions ou d'environnements familiers – de routines – rend bel et bien l'existence quotidienne plus aisée et « entendue », puisque l'effort que l'on consacre constamment à « faire connaissance » nous est épargné. Également, c'est à ce moment que j'ai constaté que se séparer de – ou quitter – ces objets, ces personnes, ces conceptions et ces environnements équivalait à, oserais-je employer ce mot, appuyer sur le bouton *reset* de ses routines et, par la même occasion, d'une large part de son identité, puisque celle-ci est aussi déterminée, très généralement, par les éléments constituant notre environnement.

C'est forte de ces prises de conscience et réflexions, alimentées de plusieurs années passées à « faire connaissance », que je me suis lancée dans la maîtrise en communication, avec pour but plus ou moins défini d'étudier ce lien routine-identité, dans le cas précis d'individus ayant expérimenté l'immigration, préoccupation consolidée d'ailleurs par la découverte d'un texte dans le cadre du cours *Étude de réseaux humains de communication*. Il s'agissait d'une étude sur les réseaux personnels et le soutien social dans une communauté multiethnique du Sud de la Californie, le soutien social correspondant aux interactions quotidiennes et à l'aide fournie pour faire face aux crises (Schweizer *et al.*, 1998, p.2). Au sein de cette étude, il était donc question d'activités de routine

et de gestion des crises, incluant les crises identitaires. Il me semblait alors évident que les activités de routine étaient essentielles en cas de crise identitaire, de besoin de redéfinition de soi, ce qui concernait bien entendu les individus issus de l'immigration, moi y compris.

Toutefois, mes interactions avec mes pairs d'alors m'ont amenée à une autre prise de conscience : je me trouvais bel et bien en redéfinition identitaire mais, bien qu'initée, certes, par l'immigration précédemment vécue, elle semblait alors davantage liée à mon étape de vie qu'au déménagement dans le nouveau pays. En effet, plusieurs de mes collègues de la maîtrise en communication expérimentaient, en même temps que l'élaboration de leur mémoire, la vie en colocation et en relaient les aventures quotidiennes qui, étant très loin de ma réalité d'alors, m'intriguaient et me passionnaient à la fois : je trouvais fort intéressant de les entendre parler, entre autres, de l'organisation de leurs soirées, de la préparation de leurs repas, de la décoration de leur chambre et, bien entendu, du fait de ne pas avoir à rapporter leurs gestes à leurs parents, leur permettant de s'en différencier.

Après en avoir discuté avec ma directrice, j'ai donc orienté ma recherche sur l'objet « routine », mais en biffant la thématique de l'immigration, d'autant plus que le corpus théorique et documentaire auquel elle me confrontait s'avérait beaucoup trop lourd. La recherche n'en demeurerait cependant pas moins intéressante, puisque ladite thématique de l'immigration s'est vue remplacée par celle des jeunes adultes en décohabitation¹, ce qui impliquait la redéfinition identitaire. À défaut de les vivre, donc, du moins aux étapes initiales du processus de recherche, il s'agissait d'étudier les routines des jeunes adultes en décohabitation, leurs fonctions, ainsi que les représentations qu'ils en avaient, en partant de mon intuition première, soit que les activités de routine, à condition qu'elles soient choisies et exécutées au moment qui convient aux premiers concernés, aident à traverser les moments difficiles.

Pour terminer, je mentionne que, durant la conception de ce mémoire, j'ai moi-même fait l'expérience de la décohabitation, de la recohobitation dans un nouvel environnement et de la « reprogrammation » de routines à laquelle il a fallu procéder. J'en ai vécu les avantages initiaux,

¹ Le terme « décohabitation » renvoie, dans le mémoire, au départ des jeunes du domicile familial.

mais aussi les inconvénients, dont j'avais sans doute préalablement minimisé la portée, ce qui pourrait expliquer, en partie, le délai, plus long que prévu, imparti au dépôt du présent mémoire.

L'inspiration et les pistes suivies tout au long de la recherche proviennent donc directement de mes questionnements et de mon expérience personnelle, dont les réflexions ont été fournies de nombreuses lectures, en sus des discussions, échanges.

Cette recherche porte sur les représentations de la routine et, plus spécifiquement, sur la place et les fonctions qu'elle occupe éventuellement dans la vie de jeunes adultes québécois, étudiants, ayant quitté le domicile parental dans les dernières années et vivant en colocation. Elle s'intéresse aussi à la dimension identitaire, de par la (re)construction que l'investissement d'un nouvel environnement entraîne. Pour terminer, elle s'inscrit dans l'atmosphère dite surmoderne des sociétés occidentales actuelles, plus précisément dans leurs rapports au temps et à l'espace, toile de fond des routines.

Je me suis donc proposé, avec une démarche de type exploratoire et inductive, de comprendre comment les jeunes adultes vivent leur expérience de la décohabitation et ainsi, certainement imbriquée dans cette démarche, de (re)construction identitaire. C'est ainsi que s'est posée la question intuitive qui sert de fil conducteur à la recherche : comment les jeunes adultes québécois se représentent-ils la routine, en général, et quelle place lui accordent-ils dans leur vie, découlant de ces représentations et les nourrissant aussi? De cette question générale se sont dégagées celles que j'ai explorées et documentées. À un niveau macroscopique : comment le contexte socio-économique plus large influence-t-il les représentations de la routine des jeunes adultes? Comment perçoivent-ils ce contexte socio-économique? En termes plus microscopiques : qu'est-ce qui les a incités à quitter le domicile parental? Quels facteurs ont-ils considérés dans le choix de leur nouvel espace de vie? Comment se le sont-ils plus ou moins approprié? Quelle importance accordent-ils aux actes relatifs au ménage, au rangement, à l'approvisionnement alimentaire, à la cuisine? Comment organisent-ils leur horaire? Quelles sont les activités qu'ils estiment routinières dans leur vie? Et moins prosaïquement, comment se représentent-ils le passé et l'avenir? Quelles activités estiment-ils importantes dans leur horaire? Comment perçoivent-ils et se définissent-ils la routine, en général? Quel(s) lien(s) font-ils entre routine et décohabitation? Quel(s) lien(s) font-ils entre routine et identité?

Afin de répondre à ces questions, j'ai d'abord procédé à une exploration théorique me permettant de me munir d'un aperçu des conceptions de la routine ayant cours dans la littérature et le sens commun, en considérant les rapports au temps et à l'espace du monde contemporain, sans oublier de me pencher sur quelques enjeux de la génération à laquelle appartiennent les participants à ma recherche. Ensuite, je me suis lancée dans une enquête de terrain pour recueillir les réflexions de quatre jeunes adultes, afin d'avoir une idée, la plus panoramique possible, de leur expérience de la décohabitation : leur opinion générale sur le contexte socio-économique et sur la routine, le départ du foyer parental et l'arrivée dans le nouveau logement, la vie de tous les jours au sein de celui-ci et leurs « préoccupations identitaires ».

Ces précisions viennent clore la contextualisation de mon mémoire. À partir d'ici, l'apprentie-chercheuse parlera non plus au « je », mais au « nous », afin de marquer l'effort de distanciation impartie à la documentation, livresque et *in vivo*, du thème à l'étude.

Cadre conceptuel

La routine n'a pas fait l'objet de beaucoup de recherches ou de théories, surtout dans la perspective dans laquelle elle est traitée ici. Par conséquent, nous avons eu recours à une structuration conceptuelle ne relevant d'aucune école théorique précise, si ce n'est qu'elle semble s'inscrire dans le courant contemporain de la phénoménologie des usages du temps et de l'espace. De la sorte, bien que certains des auteurs cités appartiennent à la tradition sociologique, la perspective dans laquelle nous avons rédigé ce mémoire en communication demeure anthropologique, ne serait-ce que pour son angle privilégié d'étude des rapports au temps et à l'espace des individus. Ainsi, sous l'influence, notamment, de l'évolution des moyens techniques de communication, l'anthropologie a vu se modifier les rapports au temps et à l'espace des individus et, par conséquent, une bonne part de l'acte de communication lui-même (Des Aulniers, 2007, p.2) et des représentations qui le soutiennent. Une anthropologie des *modes contemporains* donnant lieu à ces « représentations, à des formes nouvelles de *faire lien* socialement, au milieu des incertitudes de la postmodernité » (Lardellier, 2001, cité dans Des Aulniers, 2007, p.1) s'avère donc particulièrement pertinente. En

effet, « nul ne peut penser que la multiplication des possibilités de communication n'a de conséquences sur l'information et au-delà, sur "la culture" [...], les visions du monde, des relations entre humains, de la vie sociale et individuelle qui lui sont associés » (Augé, 1997 cité dans Des Aulniers, 2007, p.3).

Voyons, à présent, quel trajet et étapes précis prendra le présent mémoire.

Présentation des chapitres

Le chapitre I du mémoire s'emploie à une exploration du contexte socio-économique, des valeurs et des normes qui caractérisent les sociétés occidentales d'aujourd'hui, que certains auteurs qualifient de surmodernes, par un examen des rapports au temps et à l'espace des individus, comme toile de fond de la routine. Les contributions de Marc Augé, Simonetta Tabboni et Nicole Aubert y sont largement prises en compte. Également, dans ce chapitre, nous nous penchons sur quelques particularités de la génération à laquelle appartiennent nos participants, particularités que nous estimons utiles à notre propos.

Ensuite, au chapitre II, nous considérons de plus près le concept de routine. Ainsi, après une présentation de l'étymologie et de l'histoire du terme, nous nous livrons à un tour d'horizon de quelques significations qui lui sont traditionnellement attribuées dans la littérature et dans le sens commun, grâce aux analyses de Richard Sennett, Jean-Didier Urbain, Henri Lefebvre et Anthony Giddens : le sens péjoratif, la charpente et la source de sécurité qu'elle constitue sont développés. Enfin, l'identité et les enjeux relatifs à sa (re)construction dans le cas des jeunes adultes ayant quitté le domicile parental sont abordés en fin de chapitre.

Au chapitre III, c'est de méthodologie qu'il est question, puisque nous y présentons les démarches et techniques utilisées pour faire le lien entre les concepts issus de nos chapitres théoriques et l'enquête de terrain qui suit. Ainsi, en considérant notre objectif de recherche, c'est pour une démarche qualitative que nous avons opté avec comme méthode de collecte des données le récit de vie thématique, et comme méthode d'analyse la théorisation ancrée. Les principaux auteurs qui nous ont guidée à ce propos sont Daniel Bertaux, Pierre Paillé et Alex Mucchielli.

C'est au chapitre IV que nous faisons état des résultats de l'enquête menée sur le terrain, selon une même structuration des dimensions pour chacun de nos collaborateurs. Enfin, le chapitre V est consacré à la *métanalyse* qui consiste à effectuer un croisement entre les constats de la première analyse des récits et les concepts exploratoires issus des chapitres I et II. Grâce à cette analyse transversale, nous nous efforçons d'exposer les constats majeurs du terrain en les plaçant sous la loupe théorique pour en faire émerger les nuances et/ou les aspects complémentaires apparus au cours des entretiens.

De la sorte, nous estimons entrer et rester dans la ligne des exigences des apprentissages de recherche propres à la Maîtrise, spécifiquement selon les directives émises en communications².

² Et ce, en conformité avec le « Guide pour les types de mémoire en communication » (septembre 2008) et les recommandations du Comité d'examen du projet de mémoire, le 12 juin 2009.

CHAPITRE I

PROBLÉMATIQUE DE DÉPART : LE MONDE CONTEMPORAIN ET SON RAPPORT AU TEMPS ET À L'ESPACE DOMINANT

Si bien minuté que soit leur agenda quotidien,
[il n'est pas du tout certains qu'ils] soient capables,
comme lui, d'échapper aux priorités frénétiques
de l'immédiat, et d'*habiter le temps* eux aussi,
dans un dialogue fondateur entre le présent,
le passé, l'avenir.

Jean Chesnaux

1.1 Les cultures et les sociétés de l'après moderne

D'emblée si nous parlons autant de culture que de société, c'est que nous référons aussi bien à l'une et à l'autre, lesquelles se distinguent ainsi, fort simplement, selon Claude Lévi-Strauss, anthropologue et ethnologue français : « La culture consiste dans l'ensemble des rapports que les hommes d'une civilisation donnée entretiennent avec le monde ; la société consiste plus particulièrement dans les rapports que ces mêmes hommes entretiennent les uns avec les autres » (Lévi-Strauss, 2011, p.37). Nous les soulignons parce que notre objet de recherche est éminemment concerné autant par la culture que par la société, imbriquées, ainsi que ce que nous explorerons d'abord, les rapports au temps et à l'espace des êtres humains, comme arrière-scène de la routine (ou de l'habitude³).

Dans une définition préliminaire de celle-ci, signalons que la routine emprunte ces traits : que ce soit à la télévision, à la radio ou dans les médias écrits ou sur le web, il est facile de constater qu'elle ne bénéficie pas d'un statut particulièrement positif, en raison de son caractère répétitif appuyé, prévisible, souvent lent, voire inintéressant. En effet, il n'est pas rare que des psychologues, des *coachs* de vie, ou des spécialistes de tout genre interviennent dans toutes sortes d'émissions ou de

³ Certains auteurs distinguent conceptuellement la routine de l'habitude, et d'autres pas. Nous avons choisi de considérer les deux termes comme équivalents au sein de ce mémoire et nos propos sont alimentés de textes traitant autant de l'un que de l'autre.

dossiers et exposent leurs solutions pour déjouer la routine dans le couple (Moisan, 2002, p.B1) ou au travail (Lacube, 2005, p.13), pour faire renaître la créativité et la surprise, redonner le goût du changement et sortir de ses habitudes. D'ailleurs, le changement, qui désigne en effet une modification profonde, une rupture de rythme, des habitudes, un bouleversement de l'ordre établi (Le Grand Dictionnaire encyclopédique Larousse, 1982, p.2009) semble, de nos jours et dans nos sociétés occidentales, très valorisé, voire un mode de vie, si bien que celles-ci pourraient être qualifiées à la fois de sociétés *en* changement et sociétés *de* changement, qualifications ayant d'ailleurs fait l'objet d'un recueil de textes qui nous a beaucoup inspirée (Soulet, 2006).

1.1.1 Sociétés *en* changement : le mouvement

Les sociétés occidentales, de nos jours et depuis plusieurs années, connaîtraient une période de transition et d'incertitude(s) (Laïdi, 1999, p.8) entraînant un grand nombre de transformations importantes et profondes les affectant au cœur même de leurs fondements tant culturels, politiques, que techniques et scientifiques. Le Québec n'y échappe pas, lui aussi pris dans cette « tourmente planétaire » (Laforest, 1996, p.130). En bref, les grands récits ou grandes utopies ayant soutenu leur évolution depuis le 18^{ième} siècle – en l'occurrence l'apologie de la raison, la foi en l'avenir, le progrès technique, l'idéal de justice et d'égalité grâce au politique (Bouchard dans Soulet, 2006, p.65) hérité des Lumières – auraient déçu les attentes des individus les composant et, confrontées à un désenchantement de la part de ces derniers, verraient du coup leur légitimité remise en cause. On assisterait alors dans ces civilisations occidentales à une perte des repères, un éclatement du sens ou une dérive des références collectives (Laforest, 1996, p.129) qui en conduisent plusieurs à y constater l'avènement de sociétés postmodernes (Lyotard, 1979), surmodernes (Balandier, 2005), ou encore hypermodernes (Lipovetsky, 1989). Par delà les divers traits qu'en retiennent des auteurs et d'autres, une caractéristique semble les traverser dans la mouvance du changement dont nous venons de parler, à savoir le changement du statut même de la norme ou de la référence commune.

1.1.2 Sociétés de changement : l'hétérogénéité

Peu importe le titre qu'il leur est apposé⁴, ces sociétés semblent réellement confrontées à de nouveaux idéaux ou récits, dont le centre et les émetteurs sont l'individu. Donné comme acteur de sa vie, libre, autonome, lucide, l'individu se permet de douter de toute valeur, des certitudes et de la Vérité auparavant plus ou moins absolue, fractionnée à présent en plusieurs vérités partielles issues de l'expérience vécue (Maffesoli, 1998, p.17). Maître de son destin, il se construit au gré de ses choix (Bouchard dans Soulet, 2006, p.73) et de ses pratiques, ceux-ci bénéficiant à présent de beaucoup plus de légitimité que les règles et les limitations dictées par les institutions, les groupes traditionnels d'autorité, ou les modèles sociaux. Les comportements à adopter dans chaque situation dépendent donc davantage « des circonstances que de principes intangibles » (Bajoit, 2004, en ligne). La tolérance, l'interprétation personnelle, le patchwork, bref l'hétérogénéité semblent s'afficher comme caractéristiques principales de ces sociétés contemporaines (Maffesoli dans Rafele, 2010, p.9-10), tout parcours, conduite sociale ou mode de vie devenant alors possible.

Toutefois, une figure d'autorité semble demeurer, acquérant même de plus en plus d'emprise sur les humains: les sciences naturelles et le développement technoscientifique qu'elles ont permis, rendant ces derniers relativement maîtres du réel et de leur environnement. L'utopie du progrès issue des Lumières semble ainsi s'être convertie en « utopisme techno-informationnel » (Taguieff, 2000, p.9), si bien que « pour la postmodernité naissante, c'est la technologie qui [semble favoriser] un réel réenchantement du monde » (Maffesoli, 1998, p.20). Or, toutes ces nanosciences, biotechnologies, intelligences artificielles et technologies de la communication contribueraient à une informatisation du quotidien qui « [dessinerait] une rupture brutale dans [l'] expérience commune concrète [des individus] » (Soulet, 2006, p.9). En effet, ces technologies devenues aujourd'hui omniprésentes dans la vie quotidienne des individus semblent donner un sens à cette dernière en s'imposant en nouvelle cosmologie⁵ – la cosmotechnologie⁶ –, déterminant « la nature et les moyens des relations que les

⁴ Nous ne retenons ici que les éléments sociaux et culturels qui précisent le contexte de notre recherche, et non pas, par exemple, l'impact de ces changements sur les institutions politiques.

⁵ À ce propos : « Dans son acception la plus générale, une "cosmologie" est une conception du monde, qu'elle se présente sous des formes discursives ou sous celle de structures sous-jacentes à plusieurs dispositifs symboliques » (Bonte et Izard, 2007, p.178). [...] Le terme de cosmologie recouvre des contenus conceptuels variés, mais qui se rapportent tous à la totalité de l'existant et à ses déterminations ultimes : le mot "cosmos" désigne aussi bien l' "ordre" que l' "univers" » (Bonte et Izard, 2007, p.179).

humains peuvent entretenir en s'y référant » (Augé, 2011, p.31-32). Plus précisément, c'est leurs rapports au temps et à l'espace, fondements des rapports sociaux et au monde, qui se sont de la sorte radicalement modifiés : « notre environnement technologique joue un peu le rôle des cosmologies traditionnelles qui balisaient l'espace (y compris le corps humain) et le temps (y compris la naissance et la mort) pour opérer une mise en ordre symbolique du monde » (Augé, 2011, p.110-111). C'est ce profond bouleversement de la conception spatiale et temporelle des individus que nous retiendrons comme point de départ ou contexte de notre propos. D'ailleurs, il apparaît que l'idée que se font les êtres humains vivant dans une société des concepts de temps et d'espace porte l'empreinte de cette société et constitue un « indicateur culturel global qui permet d'appréhender les valeurs dominantes qui la caractérisent » (Tabboni, 2006, p.3), son style propre, les mentalités, les croyances et les attitudes collectives qui animent ses « systèmes sociaux » (Segaud, 2010, p.81). La modification radicale de la conception que se font les êtres humains de ces repères semble donc, d'une part, confirmer la profonde mutation sociale affectant les sociétés occidentales et, d'autre part, être pertinente à notre propos en raison de son influence certaine sur les perceptions de la routine existantes dans ces sociétés.

1.2 Le rapport au temps et à l'espace dominant

1.2.1 Le temps : une invention de la conscience individuelle

Selon Norbert Élias (cité dans Tabboni, 2006, p.18), sociologue allemand,

le temps désigne symboliquement les relations qu'un groupe humain ou tout groupe d'êtres vivants doués d'une capacité biologique de mémoire ou de synthèse, établit entre deux ou plusieurs processus, dont l'un est normalisé pour servir aux autres de cadre de référence et d'étalon de mesure.

Il s'apparenterait donc à une perception, voire une détermination humaine, qui aurait pour but « d'adapter le comportement de l'homme qui vit en société » (Tabboni, 2006, p.34). Comme nous le verrons dans la section 1.2.2, l'évolution des civilisations (ou le processus de civilisation) a une

⁶ Marc Augé la définit comme « l'ensemble des technologies mises à la disposition des humains pour gérer leur vie matérielle et l'ensemble des représentations qui leur sont liées » (Augé, 2011, p.31-32).

influence considérable sur la façon dont les êtres humains conçoivent le temps et sur le degré d'objectivité que ce dernier acquiert.

1.2.2 L'évolution de la notion de temps dans l'histoire : de temps cyclique à temps linéaire

1.2.2.1 Le temps de la prise en compte d'une limite

Avant les révolutions industrielle et informatique, respectivement au 19^{ème} et 20^{ème} siècle, et le nouveau régime économique-politique qu'elles ont instauré, il suffisait, pour les êtres humains, d'observer la position du soleil pour établir les moments importants de la journée dont le lever et le coucher (Fléchon, 2003, p.103). Peu de gens possédaient une montre, donc de culture du temps, et c'était l'horloge figurant aux beffrois des places publiques ou les cloches des couvents qui punctuaient les travaux des champs, les rituels religieux ou les obligations sociales (Aubert dans Soulet, 2006, p.44). La conception du temps d'alors était cyclique, inspirée par la nature et ses cycles répétitifs, comme les jours, les nuits, les saisons ou les lunaisons, dans lesquels les individus semblaient « se couler » harmonieusement (Aubert dans Soulet, 2006, p.44). Le temps, circulaire, semblait ainsi se renouveler en permanence, ce qui procurait aux individus enrichissement spirituel (Thomas, 1989, p.11), et aux sociétés conscience notamment de la nécessité de transmission.

L'industrialisation et le développement des techniques mécanisant le travail et une grande majorité des activités humaines ont instauré la machine comme modèle de vie et poussé à l'adoption d'un temps mondial unifié – ou « temps universel » (Kahn, 2007, p.58) –, ce qui a, en quelque sorte, brisé la conception cyclique du temps au profit d'une conception linéaire, apparentant ce dernier à un flux continu et irréversible, « représenté symboliquement par la venue et le départ inexorables des années calendériques » (Elias, 1996, p.190), la nature y étant associée à un « vaste système d'événements impersonnels » (Elias, 1996, p.190) et automatiques.

Dans ce contexte, les activités humaines semblent avoir adopté la temporalité propre au capitalisme et à sa logique de marché puisqu'elles semblent à présent envisagées en termes mesurables, voire monnayables, et selon leur efficacité dans le temps (Tabboni, 2006, p.19-20) : chaque individu doit s'empresse d'accumuler le maximum de biens matériels avant sa mort (Thomas, 1989, p.19). La

conception du temps se trouve alors en lien direct avec la conscience que les êtres humains ont de leur finitude. Plus précisément, Simonetta Tabboni, sociologue italienne, avance à ce sujet que la conception du temps « reflète la réponse que les hommes se donnent face à la conscience de leur limite et de la mort » (Tabboni, 2006, p.1). Cette limite n'est plus considérée de manière dominante comme un passage obligé parce que les éléments constitutifs de la personne accèdent à un nouvel état, comme le suggère le paradigme cyclique par lequel la mort vient régénérer la vie. Au contraire, dans la perspective linéaire, la mort tend à survenir comme telle et souvent, comme une date de « tombée » si ce n'est de « péremption » (Des Aulniers, 1997, p.429). Le temps semble correspondre alors à une ressource limitée qu'il faut, d'un côté, bien gérer et doser, et de l'autre, exploiter au maximum, voire « forcer », « contraindre », « violenter » ou « abolir » pour s'en rendre maître et ainsi « en tirer le maximum de profit et de plaisir » pour « la vie » qu'il reste (Aubert dans Soulet, 2006, p.44).

Ce phénomène « d'injonction au plaisir » est aussi appelé « vitalisme » (Des Aulniers, 2009b, p.102). Il porte comme corolaire la limitation du temps à celui de l'individu, ce qui rend d'autant angoissante la perspective de sa propre mort. En retour, en guise de déni devant l'angoisse, le temps devient tronqué et on s'empresse d'une part, de l'enserrer dans les planifications, comme « pseudo-contrôle » et d'autre part, de le « remplir » :

On acquiert ainsi l'impression de maîtriser le temps, de le suspendre à volonté, mais au prix d'un épuisement qui rogne le regard critique. Il existerait d'ailleurs un lien entre cet épuisement et la difficulté de projection dans le large de l'avenir comme du passé. Ainsi, à l'inverse de nos ancêtres, nous vivons vite parce qu'il n'y aurait pas de vie, que du vide, au delà-de la mort (et en deçà de la vie). C'est à la fois un trait et une conséquence du vitalisme. Et c'est peut-être parce que ce vide nous terrorise et qu'il a des relents de vide archaïque que nous courons tant... (Des Aulniers, 2009b, p.103-14).

1.2.2.2 Le temps de la productivité

Par conséquent, non seulement il devient inconcevable de se permettre de ne rien faire, mais les moments où nous ne faisons pas plusieurs choses à la fois sont inhabituels : « La logique et les rythmes économiques sont transposés non seulement sur les modes de consommation mais plus largement sur les temps non contraints et les modes de vie en général. Tous les temps, et pas

seulement le temps de travail, sont à la recherche d'une forme de productivité » (Lipovetsky, 2006, p.188).

Autrement dit, le temps semble à présent « déborder » (Aubert dans Soulet, 2006, p.44) les individus, exister au-delà de leur capacité à en faire emploi. Par son caractère « structurant, normatif et rationnel » (Tabboni, 2006, p.3) nouvellement acquis, il exerce un pouvoir limitatif, voire coercitif, et une autorité morale importants. Nombre de métaphores ayant envahi le langage que nous employons au quotidien pour évoquer le temps témoignent d'ailleurs de cette objectivation dont il a fait l'objet : le temps est, d'une part, associé à un fleuve qui fuit – « il se fait tard, le temps passe » (Tabboni, 2006, p.27) –, d'autre part, à un bien que l'on possède et qu'il faut rentabiliser – « on gagne du temps, on perd son temps, on manque de temps, on prend son temps » (Aubert dans Soulet, 2006, p.43) ou encore « le temps, c'est de l'argent » (Servais, 1999, p.17) – et, finalement, à une matière qu'on compresse et contracte pour y insérer un maximum d'éléments (Aubert dans Soulet, 2006, p.44).

Le court terme l'emporte alors inévitablement sur la durée et il résulte de la contrainte ou de la violence faites au temps une « logique d'accélération » (Aubert dans Soulet, 2006, p.44) dans la plupart des sphères de la société. Celle-ci se traduit, plus précisément, par une obligation « de faire le maximum de choses en toujours moins de temps » (Aubert dans Soulet, 2006, p.44), de toutes les traiter immédiatement ou « en urgence » (Aubert dans Soulet, 2006, p.47). En effet, ce principe autrefois destiné aux domaines juridique ou médical, par exemple, aux prises avec des situations possiblement irréversibles, n'existait qu'exceptionnellement, par opposition aux démarches usuelles. Or, l'urgence, s'étant greffée au domaine économique en premier lieu, semble à présent imposer son « règne » et « est en passe de devenir un mode dominant de régulation collective » (Aubert dans Soulet, 2006, p.44), « une modalité temporelle ordinaire de l'action en général » (Laïdi, 1999, p.30-31), au quotidien; se réclamant de l'efficacité, de l'immédiateté et de la concrétude, elle se voudrait une alternative aux « projets, discours et promesses aux effets aléatoires et différés » (Laïdi, 1999, p.24) semblant, par leurs délais d'aboutissement, avoir tant déçu les individus. Les grandes catégories du temps que sont le passé, le présent et le futur prennent donc une toute autre importance aux yeux des individus, le présent devenu hégémonique, « autarcique, autoréférentiel et autosuffisant » (Laïdi, 2002, p.13), « [n'étant] plus issu de la lente maturation du passé, [ne laissant] plus transparaître les linéaments de possibles futurs, mais [s'imposant] comme un fait accompli,

accablant, dont le surgissement soudain escamote le passé et sature l'imagination de l'avenir » (Augé, 2011, p.31). Ce dernier apparaît incertain, hors de portée, voire « vide » (Taguieff, 2000, p.10), et les attentes dont il faisait naguère l'objet convergent dorénavant vers le présent, répondant aux exigences du tout, tout de suite de l'« homme-présent » (Laïdi, 2002, p.7-8). Ce dernier est avide d'intensité et de sens sans durée, contrainte, retard ou attente – attendre ou se donner du temps revient de nos jours à échouer ou perdre –, de résultats instantanés et de « mieux-être ici et maintenant » (Aubert dans Soulet, 2006, p.59). Il semble vivre alors dans une temporalité caractérisée par l'éphémérité et l'éternelle répétition du même; en effet, le rythme s'accélérait, il se peut bien que nos contemporains ne puissent prendre le temps de penser que, en dépit des injonctions au changement, le mécanisme de la reprise des mêmes mots d'ordre prend le dessus et mène à une reproduction des mêmes principes, dont celui de ne rien perdre.

Dans ce contexte, il semble aujourd'hui que prendre son temps relève du luxe, comme en témoigne la série d'articles intitulée *Montréal la chic*, parue dans le journal *La Presse* au début de l'automne 2008. En ce sens, les individus rencontrés tout au long de ces articles sont chargés de toutes sortes de tâches par leurs clients, d'autres individus qui se qualifient eux-mêmes d'« aisés » : les premiers promènent les chiens, gardent les enfants, conduisent des limousines, font le ménage, passent à la blanchisserie, achètent des cadeaux de Noël ou prennent rendez-vous chez le dentiste (Côté, 2008, p.A7), bref, tout ce que ces individus aisés *n'ont pas le temps* de faire parce qu'ils travaillent. Ces derniers, au lieu de se procurer des voitures de collection ou des œuvres d'art, paient pour l'exécution de ces services et achètent quelque chose d'aussi précieux : du temps. Comme le mentionne l'une d'entre eux, « le bonheur, dans le fond, c'est d'avoir le temps de faire ce que tu veux » (Lortie, 2008, p.A8). On assiste alors à de nouvelles inégalités sociales : n'est plus forcément ou automatiquement considéré comme riche l'individu financièrement fortuné, mais celui qui se permet de faire usage du temps à sa guise (Lipovetsky, 2004, p.112). La quête de gains de temps s'apparente alors à une recherche « d'extensions des libertés et des possibilités d'action individuelles » (Kahn, 2007, p.21) au sein de sociétés marquées par « un phénomène mimétique [duquel] il est difficile de se soustraire – "tout le monde court, donc je cours" » (Kahn, 2007, p.128) – et par la crainte des imprévus producteurs de contretemps.

1.2.3 L'espace : un mode de manifestation ou d'expression du social

On pourrait définir l'espace, en général, comme un « lieu plus ou moins bien délimité, où on peut se situer quelque chose » (Le Petit Robert, 2002, p.944). Dans le cas qui nous occupe, il s'agirait plus précisément d'« une étendue marquée par une société, [...] intégrant les pratiques comme les subjectivités des individus et des groupes » (Kahn, 2007, p.141). Il constitue, de la sorte, bel et bien « un mode de manifestation ou d'expression [du social] » puisque toute société y « imprime sa marque » (Bonte et Izard, 1991, p.235), en s'adonnant à une construction concrète et symbolique de celui-ci (Augé, 1992, p.68).

Ainsi, l'espace est en lien direct avec la notion de l'habiter puisque « le rapport de l'homme [...] à des espaces réside dans l'habitation, la relation de l'homme et de l'espace n' [étant] rien d'autre que l'habitation pensée dans son être » (Heidegger, 1980, p.188). Habiter⁷ signifie donc « demeurer, séjourner » (Heidegger, 1980, p.172) et constituerait un « trait fondamental de la condition humaine » (Heidegger, 1980, p.174) puisqu'il fait partie de l'expérience quotidienne habituelle de l'être humain par les pratiques qui y sont accomplies. Ces pratiques quotidiennes⁸ permettent aux humains d'organiser et ainsi de s'approprier l'espace dont il est question, d'« établir une relation entre cet espace et le soi (se le rendre propre), [...] de lui attribuer de la signification [...] à travers les mots, par les objets et les symboles qui leur sont attachés » (Segaud, 2010, p.95) pour qu'il devienne un « chez-soi », un coin du monde à soi⁹. Ce chez-soi, à son tour, portant ainsi l'empreinte des

⁷ Le mot « habitat » provient du vocabulaire des botanistes et signifiait, au début du 19^{ème} siècle, « le milieu propice à la vie et à la reproduction d'une espèce » (Paquot dans Mottet, 2008, p.113). Soulignons également qu'*habiter* et *habitude* ont la même racine étymologique, *ethos*, en grec, signifiant « manière d'être » (Tönnies cité dans Chalas, 1988, p.251).

⁸ Par pratiques quotidiennes, nous entendons les actes d'occuper, de travailler, de défendre les frontières, de construire, d'aménager (incluant les actes de décoration et d'ameublement) et de penser l'espace en y associant un système de représentations impliquant les ancêtres, les esprits et les forces surnaturelles, le tout légitimé par des « récits d'origine et un calendrier rituel » (Augé, 1992, p.57-59, Bonte et Izard, 2007, p.705 et Segaud, 2010, p.8).

⁹ À titre informatif, la notion d'habiter ou le « chez-soi » ne s'appliquent pas uniquement, dans notre propos, à la relation entre un individu et son logement. Ils peuvent se référer également à d'autres espaces, comme la ville ou le quartier. Ce dernier, par exemple, consisterait en un « accroissement de l'habitable [qui se résumerait], pour l'usager, à la somme des trajectoires inaugurées à partir de son lieu d'habitat. [...] L'acte d'aménager son intérieur [rejoindrait alors] celui de s'aménager des trajectoires dans l'espace urbain du quartier » (Mayol, 1994, p.21-22).

humains qui l'occupent, constituerait « le référentiel de base pour l'organisation de [leur] existence » (Maffesoli, 1998, p.77) puisqu'il participe grandement à « structurer », « supporter » (Segaud, 2010, p.72, 146) leur identité (nous y reviendrons). Il s'apparenterait alors à « une image de soi » (Segaud, 2010, p.83), une « seconde peau »¹⁰ (Belgaroui-Degalet dans Mottet, 2008, p.152), à la limite un cocon porteur de paix, protection, ménagement, stabilité ou sécurité (Heidegger, 1980, p. 175-176), un endroit où « se décharger de ses fardeaux » (Younès dans Mottet, 2008, p.46) sans s'égarer, et ce, depuis l'enfance. En effet, la maison de l'enfance, que l'on pourrait associer à une racine (Maffesoli, 1998, p.75), fait office de première médiation des humains avec, d'une part, le passé et l'avenir, par l'histoire de leur famille et les projets envisagés dès le plus jeune âge et, d'autre part, avec les différentes expériences de la vie, les angoisses ou les espoirs. Elle s'impose donc dans la durée, atténue le changement et, « en nous protégeant des vicissitudes du climat et des incertitudes des lendemains, elle nous préserve du temps qui passe ou du moins nous accompagne par sa relative permanence dans la traversée de l'Existence » (Younès dans Mottet, 2008, p.46). En dernier lieu, habiter revient à être « présent-au-monde-et-à-autrui » (Paquot dans Mottet, 2008, p.114) puisque l'on peut s'approprier l'espace aussi de façon collective. Ainsi, en habitant, nous sommes en relation avec les choses, les autres humains et nous-mêmes, ce qui fonde notre identité individuelle mais aussi « l'être-ensemble de toute communauté » (Maffesoli, 1998, p.75).

L'espace ainsi caractérisé, localisé dans le temps et investi du sens produit par l'histoire et la lente inscription sur le territoire des individus qui y habitent, par leurs parcours singuliers ou collectifs qui se croisent et se mêlent (Augé, 1992, p.86), s'apparenterait alors au lieu anthropologique décrit par Marc Augé, anthropologue français. Il est évident, à la lumière de tous ces éléments que le rapport à l'espace s'accompagne d'une série de repères « dont l'absence, lorsqu'ils disparaissent, ne se comble pas aisément » (Augé, 1992, p.73).

1.2.4 La vitesse comme mode de vie

L'utilisation croissante dans la vie quotidienne de nouvelles technologies, incluant celles de communication, engendrerait selon Georges Balandier, ethnologue et sociologue français,

¹⁰ À ce sujet, les comparaisons entre les états d'âme humains et l'état des lieux de leur logement ne manquent pas : par exemple, « ma maison me ressemble », « nous changeons de décor dans l'espoir de changer de vie », etc....

l'impression, chez les individus, d'un pouvoir d'« ubiquité » (Balandier dans Soulet, 2006, p.17) entraînant une profonde modification de leur relation à l'espace – ou au lieu – telle que décrite plus haut, si bien que sa relative stabilité, l'attachement que lui témoignaient ses habitants ainsi que le lent enracinement s'opérant dans la durée pourraient bien céder leur place à un culte de la mobilité, de la labilité et de la vitesse (Balandier dans Soulet, 2006, p.17). Cette dernière, puisqu'elle est associée au mythe du progrès, semble effectivement bénéficier d'une forte approbation sociale dans de nombreux aspects de la vie quotidienne, comme en témoigne d'ailleurs l'engouement grandissant pour les recettes rapides, en cuisine comme dans d'autres domaines. Dans ce contexte, les distances ou les frontières, en voie d'effacement, ne constitueraient plus des obstacles importants à franchir pour les individus le désirant, ce qui révélerait, selon Augé, un autre changement caractéristique de notre ère, un changement d'échelle (Augé, 1992, p.44). Ainsi, toujours dans la logique de ce dernier, avec la conquête spatiale à laquelle nous assistons sans difficultés grâce à sa rediffusion médiatisée en images, avec la possibilité qu'offrent celles-ci, s'imposant comme références, d'être témoin d'un événement se produisant à l'autre bout de la planète au moment où il se produit ou de reconnaître un endroit lointain sans jamais s'y être rendu, avec, enfin, l'impressionnante accélération des moyens de transport à notre disposition, on assisterait à un « rétrécissement de la planète », donnant lui-même naissance à un « excès d'espace, une surabondance spatiale » (Augé, 1992, p.44-45). Elle-même mène à des modifications physiques importantes se traduisant par le développement d'agglomérations urbaines toujours en expansion et en réseaux, par des transferts de population et, finalement par la multiplication de non-lieux (voir définition ci-contre), dont l'expérience, par leur force d'attraction, devient aujourd'hui « une composante essentielle de toute existence sociale » (Augé, 1992, p.149). Balandier, quant à lui, les qualifie de « nouveaux nouveaux mondes » créés par les êtres humains et non par une géographie humaine et ne les associe pas à des territoires ou à la référence géographique (dans Soulet, 2006, p.18) mais à une représentation purement fonctionnelle de ceux-ci. Par non-lieux, il faut entendre, d'une part,

les espaces constitués en rapport à certaines fins, [...] [c'est-à-dire] aussi bien les installations nécessaires à la circulation accélérée des personnes et des biens (voies rapides, déviations péri-urbaines, grands axes autoroutiers, échangeurs, aéroports, gares, voies aériennes) que les moyens de transport eux-mêmes (trains à grande vitesse) ou les grands centres commerciaux, ou encore les camps de transit prolongé où sont parqués les réfugiés de la planète, [...] et les occupations provisoires (les chaînes d'hôtels et les squats, les clubs de vacances, les parcs de loisirs, les bidonvilles) (Augé, 1992, p.48, 88, 94, 100, 102, 118).

D'autre part, ceux-ci désignent également la nouvelle relation que les individus entretiennent avec l'espace, de plus en plus virtuelle et de moins en moins marquée par l'appartenance. Ainsi, par opposition aux lieux de vie anthropologiques, donc, produits par une histoire plus ancienne et plus lente, par les échanges langagiers des habitants, les repères du paysage et les règles implicites du savoir-vivre (Augé, 1992, p.127), les non-lieux, manifestations caractéristiques de la surmodernité, font fi du contexte historique et des lieux anciens en évitant, en détournant, par les voies rapides, les monuments qui en témoignent (Augé, 1992, p.88). Les individus, non plus des habitants mais des usagers, seraient, de la sorte, contraints à la solitude, à l'individualité, « au passage, au provisoire, à l'éphémère, [...] et à l'actualité du moment présent » (Augé, 1992, p.101, 130), puisque, en espace de non-lieu, ceux-ci ne songeraient plus aux tracas de la veille ou aux incertitudes du lendemain, absorbés par leur « environnement du moment », par ce qu'ils font ou vivent en tant que « passagers, clients, conducteurs » (Augé, 1992, p.129). Dans ce contexte d'errances, de nomadisme et d'anonymat (Younès dans Mottet, 2008, p.48-49), les pauses et les rencontres se font rares et les projets collectifs difficiles à concevoir.

Les gains de vitesse ne changent donc pas seulement le rapport à l'espace des individus, ils changent aussi leur rapport au temps, en commençant à substituer au temps du processus le temps de l'immédiat. Nous nous retrouverions donc, selon Augé, dans un nouvel espace temps, celui de la « distance abolie et de la communication instantanée » (Augé, 1997, p.11). D'ailleurs, les principes d'urgence, d'instantanéité et d'immédiateté mentionnés auparavant ont la vitesse pour élément commun, ce qui semble en faire la notion qui combine fort bien le rapport au temps et à l'espace parce que le propre de la vitesse est bien de franchir un espace x dans le moins de temps possible. Cet enchantement de la vitesse associée au croisement temps-espace se grave particulièrement à propos de l'importance du « temps mis à » que nous ayons ou non à franchir un espace physique.

1.2.5 Les résultats de « l'éphémérité »

Les rapports au temps et à l'espace des humains semblant donc, en général, être caractérisés par l'immédiateté et la vitesse, la plupart des phénomènes de la vie quotidienne seraient marqués par

l'éphémérité¹¹. Plus précisément, l'éphémère, qui caractérise ce qui est court, momentané, passager ou temporaire, « s'impose comme un état de chose, un état d'esprit » (Miquel, 2003, p.68), puisque tout ce qui ne dure pas semble de nos jours « mode », « in », « tendance » et « branché » (De Biasi, 2003, p.9), comme l'ont compris la plupart des milieux, a fortiori ceux engagés dans le « rendement » économique et la consommation, dont nous exposerons quelques caractéristiques ci-après. En effet, il est grandement probable que les pratiques ayant cours dans ces secteurs, en l'occurrence ceux de la consommation en général, des médias et du travail, influencent de façon considérable la conception de la routine des humains.

1.2.5.1 L'incitation à consommer : « j'ai donc je suis »

Premièrement, il apparaît que la vie quotidienne soit littéralement « colonisée » (Lefebvre, 1961, p.17) par les techniques récentes de la société de consommation, à la fois répondant à et entretenant la tendance à l'éphémérité, qui prend ainsi une valeur marchande (Drouet, 2003, p.119). Le domaine de la mode, promouvant les produits de cycles courts, en est un exemple particulièrement éloquent. Les différentes marques sont contraintes de se renouveler sans cesse, de rompre avec leurs habitudes selon leur entendement de la psychologie populaire à la formation de laquelle elles contribuent, comme on le verra ci-contre. De la sorte, il faut surtout éviter de lasser, de désintéresser les consommateurs (Heilbrunn, 2003, p.137-138) et perdre de potentiels acheteurs. Elles usent de diverses stratégies de l'éphémère, allant de la nature et l'usage du produit – toute la gamme des objets jetables ou à usage unique en témoigne – aux techniques de valorisation de ce dernier, la publicité (Drouet, 2003, p.119-120).

Dans la « société du spectacle » (de Certeau, 1990, p.xlix) dans laquelle nous vivons, la publicité, elle aussi, puise largement dans l'éphémère pour arriver à ses fins, inciter les consommateurs à acquérir un produit. Plus précisément, elle semble transmettre une « *praxis* de la consommation, [...] une manière de faire ("sois comme moi, fais vite") » (Drouet, 2003, p.127), et agit ainsi sur l'éthos du consommateur (Drouet, 2003, p.127), c'est-à-dire sur ses coutumes, ses habitudes de consommation et ses représentations liées à l'objet. Le domaine de la mode et la publicité contribuent donc au

¹¹ En fait, nous pourrions dire que cette relation est réciproque, c'est-à-dire que les rapports au temps et à l'espace des individus et les phénomènes de la vie quotidienne s'interinfluencent en ce qui concerne les concepts d'immédiateté et de vitesse.

règne du « présent indépassable » (Augé, 2011, p.31-32) en saturant ce dernier d'objets ou de produits à acquérir sans tarder pour être « in », notre monde devenant ainsi « à consommer [de suite] mais non à penser » (Augé, 2011, p.31-32). La routine change ainsi de nature : ce qui est « routinier », « automatique », « donné de soi », c'est le fait même d'acquérir.

Enfin, les habitudes imposées par la publicité ne semblent pas se limiter à la consommation. Ainsi, nous nous trouverions dans l'âge d'or de l'éphémère amoureux, caractérisé par des idylles occasionnelles, par l'amour libre et sans lendemain. Dans l'ère dominante de l'amour jetable, au masculin comme au féminin, il semble qu'on use des amoureux et des amoureuses comme d'un *kleenex* : on s'en sert, puis on jette (De Biasi, 2003, p.16-17) en faisant fi du long terme ou de l'engagement.

1.2.5.2 Les médias : un rapport au temps confiné dans le « ici et maintenant »

Les médias, eux aussi, s'immiscent dans le quotidien des individus et perpétuent la popularité de l'éphémérité et des cycles courts (Lefebvre, 1992, p.67) en les donnant, à la limite, comme seuls valides. La mutation s'opérant dans les sociétés modernes telle qu'exposée plus tôt dans ce chapitre aurait modifié « l'art même de la communication en y introduisant une nouvelle grammaire : celle [du zapping], du clip » (Bouchard dans Soulet, 2006, p.84), d'une circulation de l'information marquée par l'instantanéité, et d'une analyse des situations à couvrir « fonctionnant souvent sur l'unique registre de la réactivité » et non de la réflexion (Aubert dans Soulet, 2006, p.59). Les journaux écrits, les bulletins d'information, les journaux télévisés, en différé ou en direct, ou encore les chaînes d'information continue émettent sans cesse un grand nombre de « nouvelles », incarnant ainsi une forme d'éphémère à la fois momentanée dans son contenu et perpétuelle dans sa dynamique (De Biasi, 2003, p.14), scandée par la rythmie du déferlement d'images et les circuits horaires des informations quand ce n'est en boucle : l'information est toujours renouvelée puisque ce qui a été dit hier n'est peut-être plus vrai aujourd'hui, et l'on vit de la sorte dans l'éternel présent décrit plus tôt, la journée médiatique ne cessant jamais (Lefebvre, 1992, p.65-66). Selon Augé, dans ce présent défini par une

surabondance événementielle, [...] tout se passe comme si l'espace était rattrapé par le temps, comme s'il n'y avait pas d'autre histoire que les nouvelles du jour ou de la veille, comme si chaque histoire individuelle puisait ses motifs, ses mots et ses images dans le stock inépuisable d'une intarissable histoire au présent. [...] À peine avons-nous le temps de vieillir un peu que notre passé devient de l'histoire, que notre histoire individuelle appartient à l'histoire (Augé, 1992, p.38, 41-42, 131).

D'autre part, les caractéristiques du système d'information concourent à donner aux nouvelles, également, un caractère éphémère et donc « périssable ». La diffusion des nouvelles s'inscrit de nos jours à la fois dans une course au *scoop* – et les nombreuses dernières éditions et éditions spéciales offrant toujours une nouvelle information à se mettre sous la dent en témoignent – et dans la répétition du même, certaines mêmes informations se renouvelant à chaque année, par exemple (Bertho Lavenir, 2003, p.144). Pour vendre les journaux et faire monter les cotes d'écoute, il semble nécessaire, pour les médias, d'occuper sans cesse le temps. Dans cette optique, les individus peuvent être associés à des consommateurs de nouvelles (Bertho Lavenir, 2003, p.146).

1.2.5.3 Les milieux de travail : des temps de vie « désynchronisés »

Le milieu professionnel, enfin, semble lui aussi assujéti aux principes de l'urgence et de la vitesse, puisqu'il est clair que, de nos jours, la plupart des entreprises ont des objectifs élevés de performance dans le but de satisfaire les marchés financiers, s'imposant en « véritables maîtres anonymes » (Laïdi, 1999, p.9) du début de ce millénaire. Ceux-ci évoluent dans un capitalisme pouvant être qualifié de « à court terme », ce qui les place dans un « perpétuel mouvement » (Laïdi, 2002, p.14-15) dénué, dans leur logique, de toute inertie, contrainte ou histoire, cette flexibilité permettant ultimement de libérer les humains de la rigidité bureaucratique et de la routine. Or, il s'est avéré que ce rejet des routines bureaucratiques au nom de la flexibilité ne menait en rien à une plus grande liberté individuelle mais à l'instauration de « nouvelles structures de pouvoir et de contrôle » (Sennett, 2000, p.61-62) souvent incarnées par les sphères dirigeantes ou les sièges sociaux des entreprises, convertis pour la plupart aux exigences du court terme, de l'urgence et de la vitesse. Une rupture semble alors s'installer entre les modes de fonctionnement du patronat, toujours en train d'agir, de réagir et de transformer, aux échelons local et international, et les rythmes du reste de l'entreprise qui aurait à subir cette logique, ou, selon Nicole Aubert, professeure à l'École supérieure de commerce de Paris, entre les temporalités financière et humaine (dans Soulet, 2006, p.49). Ainsi, le premier

considéreraient les salariés comme des « produits à durée éphémère » (Aubert dans Soulet, 2006, p.50) dont il faudrait immédiatement assurer la rentabilité et rapidement la rotation en leur offrant des emplois de courte durée, occasionnels, n'ayant pas ou presque de possibilité et prévisibilité à long terme. Il attend idéalement de ces derniers qu'ils travaillent vite, qu'ils s'adaptent à ces circonstances changeantes sans se laisser affecter par elles et qu'ils demeurent dans une perpétuelle disponibilité – incluant la possibilité de laisser tomber ce qu'ils font pour plus urgent –, permettant à l'entreprise d'être à l'affût des opportunités pour agir le plus tôt possible. Du côté des salariés, avoir à réorienter sa carrière et changer ses objectifs, se recycler dans divers contrats en fonction de la demande devient habituel, d'autant plus que, même avant d'être employés dans l'entreprise, ces derniers se voient déjà à l'étape d'après, ce qui alimente la « spirale de court-termisme » (Aubert dans Soulet, 2006, p.51). Dans ce contexte d'incertitude, il semble inévitable pour les individus de travailler de longues heures et de sacrifier leur temps libre, si bien que les moments consacrés à la vie de famille, aux loisirs et aux amis se font de plus en plus rares (Lefebvre, 1961, p.82-84). Souvent, les loisirs, les distractions, s'ils ne sont pas totalement négligés après une longue journée de travail, sont de si courte durée qu'il faille les gérer, les contrôler pour en tirer le maximum (Burkitt, 2004, p.225). D'autre part, les rapports sociaux durables semblent également compromis par ce culte de l'éphémère, les relations étant nombreuses mais sans doute en large part dénuées sinon d'intensité et d'authenticité (Lefebvre, 1961, p.96), car c'est un point important, elles sont si intenses – c'est même un trait idéal – mais dès lors brèves, car on ne peut (sup)porter continûment une telle « concentration », entre autres par manque de temps.

Ces impératifs de l'urgence et de la flexibilité peuvent évidemment, d'une part, avoir des effets extrêmement stimulants sur certains individus cherchant à briser l'ennui, mais pour d'autres, par ailleurs, s'accompagner d'énormes frustrations donnant lieu tant à des problèmes de santé physique – migraines, hypertension, asthme, troubles gastro-intestinaux – que psychique – irritabilité, agressivité, épuisement, insomnies, dépression, troubles anxieux –, associés par Aubert à des « pathologies de l'hyperfonctionnement ou de la surchauffe » (Aubert dans Soulet, 2006, p.55) facilement décrites grâce à une analogie de l'individu avec la machine : les individus, au travail, faisant rarement appel à la réflexion, au recul et à l'analyse des situations, devant réagir à celles-ci dans l'instant, finissent par survivre grâce à leur seule « dimension énergétique », et « pètent les plombs », « tels des piles électriques », « comme une centrale électrique ou un circuit électronique dont, à certains moments et du fait d'une surchauffe prolongée, les branchements ou les connexions

sautent brutalement, comme sous l'effet d'un gigantesque court-circuit » (Aubert dans Soulet, 2006, p.55).

D'autre part, selon Richard Sennett, sociologue et historien américain,

l'aspect le plus déroutant de la flexibilité est peut-être son impact sur le caractère personnel. [...] Le caractère est la valeur éthique que nous attachons à nos désirs et à nos relations avec les autres, [...] [il] a des accointances particulières avec l'évolution à long terme de notre expérience émotionnelle. Il s'exprime par la loyauté et l'engagement mutuel, à travers la poursuite d'objectifs à long terme, ou encore par la pratique de la gratification différée au nom d'une fin plus lointaine (Sennett, 2000, p.10-11).

Il est facile de constater que le développement du caractère personnel, basé selon toute vraisemblance sur le long terme, est en contradiction directe avec les pratiques des entreprises dictées quant à elles par le court-terme, l'urgence et, bien entendu, la flexibilité, qui causeraient une corrosion de ce dernier, affectant les capacités relationnelles des individus et altérant leur aptitude à se projeter dans le futur et à établir des projets à long terme (Tabboni, 2006, p.135). Les dossiers non menés à terme, au travail, au profit de quelque chose de plus urgent, privent les individus employés de la fierté et de la jouissance de leur œuvre finalement accomplie, ce qui ébranle leur identité professionnelle et endommage la conviction selon laquelle il est important de se consacrer à fond à un quelconque projet et être fidèle à ses principes et à l'institution pour laquelle on travaille. Les valeurs de l'engagement et de la loyauté semblent alors disparaître peu à peu de la vie professionnelle, mais aussi familiale, puisqu'il devient difficile, dans une société qui s'intéresse en dominance à l'immédiat, de la transmettre aux enfants. De la sorte, maintenir un équilibre dans sa vie professionnelle et personnelle devient difficile, puisque se représenter son existence et ses expériences multiples de façon cohérente relève, dans ce contexte, presque de l'impossible.

Finalement, au lieu d'atténuer les malaises auxquels l'autorité temporelle a donné naissance, le développement des nouvelles technologies et les progrès de la science semblent avoir contribué à une accélération supplémentaire des rythmes introduits par la révolution industrielle, puisque « le gain de temps implique, précisément, d'en faire toujours plus » (Aubert dans Soulet, 2006, p.60). Ainsi, paradoxalement, bien qu'on ait assisté au fil des années à une plus grande disponibilité de temps, en raison, entre autres, de l'espérance de vie allongée et de la réduction des journées de travail, celui-ci semble toujours et tout de même manquer puisque fragmenté en « tranches de plus

en plus minces » (Kahn, 2007, p.187). Les différentes sollicitations (les activités ou les connaissances, par exemple), quant à elles, semblent s'être démultipliées, donnant lieu à « une course incessante et insatisfaisante après le temps », entravant ainsi « notre capacité à influencer sur notre destin » (Augé, 2011, p.15).

1.3 Quelques résistances

La course effrénée après le temps et le culte de la vitesse représentant le modèle capitaliste dominant semblent donc rendre le libre-choix difficile dans la vie des humains. En effet, vivre contre la montre, de nos jours et en Occident, semble enviable puisque sans doute synonyme d'être quelqu'un d'important, d'intéressant ou d'énergique (Honoré, 2004, p.58). Y succomber devient alors facile. Toutefois, considérons que cette tendance ne s'impose pas en généralité. En effet, partout où triomphe ce modèle dominant, on constate de plus en plus d'initiatives guidées par le principe de décroissance « économique » volontariste – c'est-à-dire choisie – et le désir de se réapproprier son mode de vie quotidien. Il ne s'agit pas, dans ce contexte, de s'opposer farouchement au progrès, aux technologies qui y ont mené, à un certain capitalisme ou à la mondialisation, mais de leur donner un visage plus humain, de promouvoir l'équilibre « rythmique » dans la vie quotidienne des individus en leur rappelant qu'il est possible « de vivre mieux en consommant, produisant et travaillant à un rythme plus raisonnable » (Honoré, 2004, p.27). C'est là la principale mission des adeptes de la philosophie de la lenteur ou *Slow* – signifiant « lent » en anglais – basée sur le principe qu'on peut ralentir notre rythme dans la vie quotidienne lorsqu'il nous paraît juste de le faire : « Aller lentement revient à contrôler les rythmes de sa propre vie. Vous décidez de la vitesse à laquelle vous devez aller dans tel ou tel contexte. Si aujourd'hui j'ai envie d'aller vite, je vais vite. Si demain je veux aller doucement, je vais doucement » (Honoré, 2004, p.26).

L'instigateur de cette philosophie est le mouvement *Slow Food*, né en 1986 en Italie, en réaction à la popularité du mouvement contraire, le *Fast Food*, l'uniformisation du goût et la culture de la vitesse qui l'accompagnent. Ce mouvement, qui se concentre sur tout ce qui constitue l'acte de manger, compte à ce jour près de 100 000 membres dans 132 pays (Agence France-Presse, 2010a, en ligne). Le *Slow Food* n'encourage pas les individus à cuire leur repas pendant des heures ou à mastiquer plus lentement mais prône « une gastronomie respectueuse de l'environnement et des traditions

locales » (Agence France-Presse, 2010a, en ligne). Pratiquer le *Slow Food*, donc, c'est « prendre le temps de préparer et de manger, en utilisant des ingrédients qui ont eu le temps de brouter, de grandir et de pousser » (Lortie, 2010, en ligne).

La philosophie de la lenteur s'est répandue également dans d'autres domaines, parallèlement au rayon culinaire. Ainsi, on peut à présent s'adonner à la *Slow Fashion*, c'est-à-dire consommer à un rythme plus modéré et privilégier la qualité – plutôt que la quantité –, l'achat local, la réduction de notre empreinte écologique, la préservation des métiers et techniques traditionnels, sans être aussi dépendants aux tendances de la mode (Dumas, 2010, en ligne). Ensuite, si l'on suit le *Slow Media*, on modifie notre consommation des médias, justement, en étant moins *accros* aux informations toujours renouvelées. Prendre son temps pour lire le journal ou encore s'asseoir et simplement écouter une émission de radio en sont de bons exemples : « Coupé du monde, on retourne à l'essentiel. [...] L'idée à la base du mouvement *Slow Media*, c'est de tenter de retrouver sa concentration d'antan, de se consacrer à une seule tâche à la fois, de limiter le multitâches » (Collard, 2010, en ligne). Le *Slow Travel*, quant à lui, propose de « valoriser l'appréciation du trajet autant que la destination » (St-Jacques, 2010, en ligne) tandis que le *Citta Slow* tente d'instaurer des « oasis de calme » (Honoré, 2004, p.28) dans la ville. Il en existe bien d'autres, sous la bannière *Slow*, tels *Slow Family Living*, *Slow Build*, *Slow School*, *Slow Sex*, *Slow Music*, *Slow Design*, *Slow TV*, mais aussi des courants indépendants comme le *Sloth Club* japonais – ou club de la paresse – la *Fondation américaine Long Now* – signifiant du temps maintenant – ou la *Société européenne pour la décélération du temps*, tous invitant les individus à suivre leur propre rythme.

Enfin, le rejet du recours systématique à l'urgence et à la vitesse se retrouve aussi dans le domaine économique proprement dit. Ainsi, premièrement, de plus en plus d'entreprises adoptent les enseignements du développement durable et intègrent de la sorte les moyen et long termes à leurs objectifs de croissance. Parallèlement, un nombre grandissant d'individus s'inspirent des principes de la simplicité volontaire – comme « vivre en dépendant moins de l'argent et de la vitesse, découvrir qu'on peut vivre mieux avec moins, privilégier le "assez" plutôt que le "plus", l' "être" plutôt que l' "avoir", et favoriser ainsi une plus grande équité entre les individus et les peuples » (Association québécoise des organismes de coopération internationale [AQOCI], 2010, p.62) – et font affaire avec des mouvements économiques plus informels comme les *systèmes d'échange locaux (SEL)*. Un système d'échange local constitue « un réseau où les membres qui résident à proximité les uns des

autres acceptent d'échanger des biens et services, sans recourir d'emblée à l'argent » (AQOCI, 2010, p.56).

Bref, on peut constater que de nombreux mouvements s'opposant au modèle dominant régi par l'urgence et la vitesse émergent, dans des domaines omniprésents dans notre vie quotidienne, tels que le monde de la consommation, des médias ou du travail – en l'occurrence, ceux ayant fait l'objet d'une présentation à la sous-section 1.2.3. Ces mouvements s'appuient tous sur une volonté de réappropriation citoyenne de l'existence et de rétablissement de l'humain et de sa communauté au cœur de la vie, comme alternative à l'individualisme et à l'isolement caractérisant le néolibéralisme. La connaissance de l'existence de ces mouvements nous aidera sans doute à comprendre la place qu'occupe la routine dans la vie de certains individus et de quelles conceptions elle fait l'objet puisqu'elle désigne, rappelons-nous en, un processus plutôt lent et répétitif, aux antipodes de l'urgent ou du rapide.

1.4 Les jeunes en contexte

Nous avons choisi de nous pencher sur le phénomène de la routine tel qu'il est vécu par des jeunes adultes. Nous trouvons intéressant de cibler plus précisément les individus nés entre 1979 et 1993, donc âgés en 2012 de 19 à 33 ans (Pinaud et Desplats, 2011, p.8), et appartenant sociologiquement à la génération dite des Y^{12} , dont nous exposerons plus bas quelques caractéristiques que nous trouvons fort utiles à notre propos¹³. En effet, bien que les jeunes générations soient « avant tout le reflet de la société dans laquelle elles ont grandi » (Pinaud et Desplats, 2011, p.12), les jeunes adultes

¹² Le Y de l'appellation fait à la fois référence à la dénomination X de la génération précédente, mais aussi et surtout au mot anglais *Why*, signifiant *pourquoi* – *Why* et Y sont d'ailleurs phonétiquement identiques en anglais. En effet, les jeunes adultes de cette génération semblent avoir l'habitude de tout questionner, surtout les contraintes auxquelles ils doivent se plier (Pinaud et Desplats, 2011, p.20).

¹³ Nous sommes consciente que le concept de génération constitue surtout un outil de classification des catégories d'âge et que la généralisation à laquelle il donne lieu est à tempérer fortement par les particularités individuelles des jeunes adultes, comme l'éducation qu'ils ont reçue ou les spécificités de leur milieu familial. Nous pensons toutefois qu'il peut donner des indications précieuses sur les tendances quant aux valeurs, aux idées et aux habitudes qu'ils auront adoptées, puisque c'est dans cette atmosphère qu'ils auront construit leur personnalité, leurs repères (Pinaud et Desplats, 2011, p.15), ce qui nous servira de façon importante dans notre étude de la routine.

issus de cette génération sont les premiers à avoir totalement vécu dans l'ère numérique ou technologique et, par conséquent, dans le contexte de mutation, de changement décrit au début de ce chapitre¹⁴. Ayant été élevés dans un environnement saturé d'ordinateurs, de téléphones mobiles ou de jeux vidéo, ils ont appris à maîtriser, voire à dominer les outils informatiques et virtuels à présent ancrés dans leurs habitudes de vie – Internet, par exemple, constitue à la fois un outil de travail, de divertissement, d'information, de communication et de consommation. Ils ont donc vu leur entière existence marquée par les nouveaux rapports au temps et à l'espace dépeints plus haut – caractérisés respectivement par l'instantanéité et la vitesse. Par ailleurs, l'absence de normes communes, la prolifération de vérités partielles et des sources d'information ainsi que la légitimité réduite des groupes d'autorité et des modèles sociaux exposés plus tôt ont en quelque sorte déstandardisé les rythmes de vie et les temps sociaux, ce qui distingue considérablement l'environnement de ces jeunes de celui des individus issus des générations précédentes.

Dans ce contexte, le modèle de la biographie commune selon lequel tous les individus suivent une trajectoire de vie semblable et s'insèrent dans des phases déterminées par les âges de la vie n'est plus vraiment d'actualité, et la continuité temporelle par la conformité à un standard social est de plus en plus remise en cause, ce qui pousserait ces jeunes adultes à constamment rechercher leur propre vérité (Pinaud et Desplats, 2011, p.21). Certains auteurs parlent alors de « rupture » (Pinaud et Desplats, 2011, p.18) pour qualifier les jeunes adultes de la génération Y, d'autres de « changement profond [dont ils sont acteurs] qui les voit [précisément] réinventer leur rapport aux autres, au travail, à la consommation » (Agence France-Presse, 2010b, en ligne). Pour ce qui est de ce dernier aspect, justement, baignant depuis toujours dans une société dite de consommation, les jeunes adultes auraient développé une « forte capacité de décodage des approches marketing » (Agence France-Presse, 2010b, en ligne) et rechercheraient constamment la compétitivité. De la sorte, ils maîtriseraient davantage la relation marchande, qu'ils considèrent comme ludique, ce qui compliquerait la tâche des entreprises désirant les rejoindre. Enfin, les jeunes adultes de la génération Y seraient les premiers à éprouver la permanence par le mouvement, même contrairement aux générations précédentes, chez qui celle-ci s'attestait dans la répétition (Allain, 2005, p.158).

¹⁴ En plus de porter le nom de génération Y, les jeunes adultes de cet âge s'apparentent également à des *digital natives*, des *enfants du Net* ou encore à la *génération 2.0*, en référence à leur utilisation du Web 2.0, où l'internaute, plutôt que de rester un simple spectateur du contenu, est devenu un acteur virtuel.

D'autre part, les pratiques sociales, les habitudes des jeunes adultes de cette génération semblent marquées par un profond désir d'épanouissement et d'autoréalisation identitaires à court terme, mais qui ne passe plus de façon aussi importante qu'auparavant par l'emploi, qui semble ainsi avoir perdu sa place centrale et définitoire dans l'existence: les jeunes adultes développent une relation « pragmatique, voire cynique » avec l'entreprise ou l'employeur et s'investissent dans une « négociation plus concrète, plus pratique basée sur le donnant-donnant » avec ces derniers (Agence France-Presse, 2010b, en ligne), contrairement aux individus des générations précédentes engagés avec eux dans un rapport de séduction et répondant aux règles des modèles classiques comme le modèle taylorien. Les jeunes Y semblent ainsi accorder davantage d'importance à la qualité de vie et à la prise en compte de l'individu en tant qu'humain et non comme poste de travail, et choisissent de s'impliquer dans des entreprises ou des organismes éco-responsables, dont les valeurs sont clairement affichées et ayant adhéré au principe de développement durable.

Enfin, il nous semble pertinent de consulter des jeunes adultes étudiants, ayant quitté le domicile parental, puisque le fait même d'étudier façonne les conceptions du monde. De plus, selon René Kahn, maître de conférences à l'Université de Strasbourg, les temporalités étudiantes « offrent un modèle observable où les contraintes de la fragmentation temporelle et la déstandardisation des temps sociaux donnent lieu à un mode de gestion actif des temps quotidiens » (Kahn, 2007, p.133-134), sans doute intensifié par la construction d'un chez-soi séparé de celui des parents, lui-même participant « à la construction même de l'identité de la personne » (Ramos, 2002, p.15). Investir cette micro-gestion active du temps nous apparaît particulièrement approprié dans un contexte où le temps semble dépasser les individus.

1.5 Pertinence sociale de la recherche

En définitive, rappelons-nous que les conceptions que les individus ont du temps et de l'espace, ainsi que les rapports qu'ils entretiennent avec eux, se sont considérablement modifiés dans les dernières années, suite à l'irruption des nouvelles technologies dans la vie quotidienne, le tout relayé par les médias et dans la teneur des propos de tout un chacun. Ainsi, avec la hâte continuelle, l'obligation de devoir faire preuve d'efficacité, le court terme, l'abolition des distances, la mobilité et la vitesse qui caractérisent les rapports au temps et à l'espace, il semble logique que la routine, phénomène que

l'on pourrait caractériser d'« à contre-courant » qui relève davantage de la lenteur ou de la continuité (nous y reviendrons au chapitre II), ne bénéficie pas d'un statut particulièrement positif.

Plus précisément, la chute des grands récits, des grandes utopies issues des Lumières invoquée en sous-section 1.1.1, et l'on pourrait ajouter aussi des grands régimes oppressants pour l'individu tels les régimes fascistes, nazis, soviétiques (Kahn, 2007, p.123), et l'hétérogénéité à laquelle elle a donné lieu, semblent avoir laissé croire aux individus qu'évoluer dans une société dérythmée équivaldrait à s'affranchir des contraintes temporelles, elles aussi oppressantes. Or, selon Kahn, l'absence de régulation rythmique d'une société serait plutôt « le symptôme d'une tension [entre] une exigence sociale quasi irrésistible de maîtrise rationnelle dans l'emploi de son temps » (Kahn, 2007, p.123) et la recherche parfois anxieuse de son propre rythme, et non d'une démocratie correspondant à l'idéal de libre emploi de son temps. Ces fausses croyances seraient à l'origine de la remise en cause de l'aspect répétitif du temps quotidien et négligeraient le fait que le rythme est un moteur pour l'existence (Kahn, 2007, p.123-130). En effet, comme nous le verrons de façon plus précise au chapitre suivant, le rythme, qui se définit par la « répétition périodique d'un phénomène » (Centre national de ressources textuelles et lexicales [CNRTL], 2012, en ligne), instaure une structure permettant une existence autogérée et donc un pouvoir sur le temps et l'espace.

Il nous semble alors qu'étudier la routine, phénomène rythmique par excellence grâce à la répétition qu'il implique, s'avère particulièrement pertinent puisque l'ensemble des activités routinières répétées au fil des jours, implique « un agencement d'interactions fréquemment répétées entre un agent et son environnement familial » (Conein, 1998, p.484). De la sorte, elle concerne la façon dont les individus se repèrent dans le temps et l'espace (Giddens, 1987, p.166), la façon dont ils s'approprient et habitent le quotidien, dans ce contexte où le changement et la vitesse s'imposent en diktat. Pour autant, il est essentiel de souligner ici que des conduites fréquemment répétées ne sont pas antinomiques avec le changement dans la mesure où le dit changement implique aussi une variété de rythmes.

Enfin, consulter des jeunes adultes de la génération Y sur l'importance et la place qu'ils attribuent à la routine dans leur existence nous renseigne sur la manière dont ces derniers interagissent avec leur environnement familial, compte tenu du fait que leur expérience quotidienne semble différer de manière considérable de celle des individus des générations précédentes. Ainsi, puisqu'ils semblent

davantage acteurs de leur quotidien, en maîtrisant, comme on l'a vu, les outils technologiques, les stratégies publicitaires et la négociation dans le domaine professionnel, leur discours pourrait nous apporter un éclairage nouveau sur l'usage des rythmes, l'appropriation du quotidien ou la manière de composer avec le court terme et la vitesse, éclairage constituant une possible résistance aux injonctions du capitalisme ayant envahi le quotidien.

1.6 Questions de recherche dégagées de la problématique

À la lumière de tout ce qui précède, nous nous interrogeons sur la présence, la place et le rôle de la routine dans une société où la vitesse et le changement sont fortement valorisés. Plus précisément, nous avons l'intuition profonde que la routine pourrait être associée à un environnement connu, familier, un rythme quotidien qui nous apporte sécurité et stabilité, essentielles pour la consolidation d'une identité et pour l'accomplissement de choix réels. De façon exploratoire, la recherche permettra de documenter quels discours, quelles significations sont véhiculés à propos de la routine par des jeunes dans une telle situation dans le contexte décrit tout au long des pages précédentes.

En définitive, notre objectif de recherche concerne l'exploration de la présence, du statut social¹⁵ et du rôle éventuel de la routine dans un processus de (re)construction identitaire, dans le cas de jeunes adultes ayant quitté la maison parentale et poursuivant leurs études¹⁶. La question de recherche, quant à elle, se lit comme suit : **Comment les jeunes adultes québécois ayant quitté le domicile parental se représentent-ils la routine dans leur processus de (re)construction identitaire? Plus précisément, quelle place les jeunes adultes québécois ayant quitté le domicile parental attribuent-ils à la routine, sous quelles formes, quels discours et révélant quelles fonctions, dans leur processus de (re)construction identitaire?**

¹⁵ Par statut social de la routine, nous entendons la situation de la notion de routine telle qu'interprétée dans le contexte socio-économique décrit tout au long des pages de ce chapitre.

¹⁶ Les détails supplémentaires quant aux choix des participants et aux conditions à remplir sont exposés de façon plus précise au chapitre III.

1.7 Pertinence communicationnelle de la recherche

Finalement, s'attarder sur l'objet routine, dans le contexte social du rapport au temps et à l'espace décrit tout au long de ces pages, relève manifestement de la communication, tant par le rythme des transmissions que par les contenus des échanges interpersonnels et des mots d'ordre convoyés par les médias. Plus précisément, dans le cas qui nous occupe, la communication ne correspond pas à l'intention de l'émetteur, au filtrage du récepteur, ou aux messages qu'ils se transmettent mais à l'expérience des individus, au discours qu'ils en font et aux significations qu'ils attribuent au phénomène de la routine, significations qui donnent un sens à leur monde. Dans cette perspective, que l'on pourrait qualifier d'interprétative (Laramée et Vallée, 1991, p.97), la communication est donc « l'élément qui construit les histoires, les mythes et les rituels [...] » (Laramée et Vallée, 1991, p.97) et la société constituée d'un ensemble de significations, significations que nous investirons au sein d'entrevues, comme nous le verrons dans le troisième chapitre de notre étude. Considérons, pour finir, que selon Dominique Wolton (2001, en ligne, les italiques sont de l'auteur)

par communication, il faut entendre cinq phénomènes. La communication interpersonnelle ; la communication médiatisée par les techniques classiques ou nouvelles ; la communication politique ; la communication interculturelle, mais aussi les modèles d'organisation de la société, au travers les valeurs, les symboles et les représentations. C'est-à-dire ce qui permet aux individus et aux collectivités de se *représenter*, d'entrer en *relation* les uns avec les autres, et d'*agir* sur le monde.

Il nous semble que notre objet d'étude, la routine, s'inscrive particulièrement bien dans le dernier phénomène présenté par Wolton, les modèles d'organisation de la société au travers les représentations des individus ; la signification et la place que ceux-ci attribuent à la routine témoignent, selon nous, de leur façon d'entrer en relation les uns avec les autres et d'agir sur le monde qu'ils partagent avec les autres. D'ailleurs, la routine concerne les actions que l'on porte sur le temps et l'espace mais aussi nos rapports aux autres, via les rituels sociaux dans le quotidien, « lieu à partir duquel se fonde le lien social [puisque] [...] la communication, fonction essentielle s'il en est, s'inscrit dans les lieux les plus humbles, dans les situations les plus banales » (Maffesoli, 1998, p.12-86).

CHAPITRE II

CADRE CONCEPTUEL PERMETTANT DE MIEUX APPRÉHENDER LES SIGNIFICATIONS DE LA ROUTINE

Le zen n'est pas une forme d'excitation,
mais la concentration sur notre routine quotidienne

Shunryu Suzuki

2.1 La notion de routine : premiers abords

La routine ou l'habitude relève d'emblée de la répétition d'une pratique (Alonso-Aldama, 2010, p.69) le plus souvent courante et banale. Celle-ci est accomplie tous les jours ou assez régulièrement, et s'effectue de façon plus ou moins consciente, voire automatique (Conein, 1998, p.481) : « on est là sans être là » (Bertin, 2010, p.38). Ainsi, les déplacements quotidiens, la préparation et la consommation des repas ou encore les actes d'entretien du foyer constituent des exemples de routines.

Plus largement, un examen médical auquel on s'adonne chaque année est qualifié d'examen de routine : « La bronchoscopie [...] compte actuellement parmi les principales explorations de routine en pneumologie » (CNRTL, 2012, en ligne). La routine peut également être sportive et s'apparente de la sorte à une série d'exercices physiques que l'on répète à intervalles réguliers. Lorsqu'on est enfant, on nous apprend les routines d'hygiène, pratiques que l'on répète plusieurs fois par jour pour préserver et améliorer notre santé, comme le lavage des mains ou le brossage des dents. On retrouve également la routine dans le domaine informatique; elle s'apparente à un programme ou une partie de programme « qui effectue une opération répétée souvent » (Le Petit Robert, 2002, p.2331). Enfin, les routines peuvent également être organisationnelles et consister en des « séquences de comportement appris qui impliquent de multiples acteurs liés entre eux par des relations de communications et/ou d'autorité » (Cohen et Bacdayan cités dans Reynaud, 1998, p.467).

2.2 Étymologie et histoire du terme

Étymologiquement, le mot *routine* proviendrait du mot *route* qui désigne, le plus communément, « une voie de communication terrestre, [...] un itinéraire que l'on doit suivre pour se rendre d'un lieu à un autre » (Grand dictionnaire encyclopédique Larousse, 1982, p.9140-9141). Quant au suffixe *-ine*, lorsqu'il s'ajoute à un nom comme dans le cas qui nous occupe, il en fait un diminutif. La routine s'apparenterait donc à une petite route.

Historiquement, c'est Jacques Amyot, écrivain et traducteur de la Renaissance française qui utilise, parmi les premiers sans doute, le mot *rotine* dans l'une de ses traductions. Plus précisément, il s'agit des *Œuvres morales* de Plutarque, philosophe de la Grèce antique ayant vécu au premier et deuxième siècle et auquel Amyot consacre plusieurs années pour la traduction de ses écrits du grec au français. Les *Œuvres morales* consistent en plus de 230 traités référant à des sujets variés, et c'est dans *La vertu peut-elle s'enseigner?* qu'apparaît le mot *rotine*, en 1559 (CNRTL, 2012, en ligne). Au sein de ce traité, donc, il serait question de la possibilité d'enseigner et d'apprendre la vertu, la justice et la sagesse (*preudhommie* dans le texte) ou du fait que celles-ci pourraient être également des savoirs de *routine*, acquis par hasard (Université of Toronto, 2009, en ligne). De là est sans doute dérivé le premier sens du mot, vieilli, selon la même source, à savoir « connaissance, habileté acquise par l'expérience, la pratique, [naturellement, spontanément, sans volonté arrêtée], plus que par l'enseignement ou l'étude, [s'apparentant à un] savoir-faire », comme l'illustre l'écrivain français Honoré de Balzac dans *Les Petits bourgeois* (1850, p.13): « Sa routine [d'un employé] devint une grande expérience, ses manières et son silence couvrirent son défaut d'instruction » (CNRTL, 2012, en ligne).

Plus tard, à l'aube du capitalisme industriel, c'est dans l'*Encyclopédie* des philosophes Denis Diderot et Jean le Rond D'Alembert, ouvrage majeur publié entre 1751 et 1772, qu'il est, de façon marquante et positive, question de routine et ce, surtout dans la sphère professionnelle. Ainsi, dans un article sur la vie quotidienne du volume 5 plus précisément – issu d'un ensemble d'articles de divers auteurs sur l'industrie, les arts et métiers de l'agriculture, accompagnés d'une série de planches –, on retrouve la représentation d'une papeterie, où l'on constate que chaque objet a sa place attitrée et que tous les employés savent exactement quoi faire (Sennett, 2000, p.42) grâce à la répétition d'un ensemble précis de tâches. Il est mentionné que cette répétition n'est pas mécanique mais permet la maîtrise

et le perfectionnement des tâches en question grâce à une évolution progressive : « le "rythme" du travail signifie qu'en répétant une opération particulière, nous découvrons comment accélérer ou ralentir, opérer des variations, jouer avec les matériaux, élaborer de nouvelles pratiques [...] [bref] réaliser dans le travail l' "unité de l'esprit et de la main" » (Sennett, 2000, p.42-43). Selon Diderot, donc, la routine constitue une forme d'apprentissage, un « professeur nécessaire » (Sennett, 2000, p.39) pour la maîtrise en profondeur d'une tâche, son perfectionnement et l'expérimentation d'autres manières de l'accomplir. L'interprétation de Diderot ne semble d'ailleurs pas très éloignée de celle d'Amyot.

Quelques années plus tard cependant, en 1776, l'économiste Adam Smith, dans *La Richesse des Nations*¹⁷ ne vante pas les vertus de la routine, comme Diderot, mais dénonce plutôt ses vices, pointant vers l'ennui, voire la mort mentale. Ainsi, bien qu'il prône la division du travail pour une meilleure productivité – le travail étant décomposé en diverses étapes, chacune accomplie par des mains distinctes –, il reconnaît que cette manière d'organiser la tâche se révèle « humainement désastreuse » (Sennett, 2000, p.45) : l'exécution répétée à longueur de journée de seulement une petite opération du projet final peut s'avérer lassante et autodestructrice. De plus, Smith déclare que lorsque le pouvoir de décision ou le contrôle des travailleurs ne s'exercent que sur les détails du projet sur lequel ils œuvrent et non sur son ensemble, ceux-ci ne sont pas maîtres de leurs efforts ni de leur temps – ils sont en fait soumis au temps de l'employeur – et ressentent les effets particulièrement abrutissants des opérations répétitives – des routines – auxquelles ils s'adonnent, ce qui refoule de possibles bouffées de sympathie, spontanées, que Smith définit comme « la faculté de s'identifier aux besoins des autres » (Sennett, 2000, p.47).

Ensuite, au 19^{ème} siècle, l'économiste Karl Marx emprunte à Smith ses conceptions de la routine, de la division du travail et de la perte de contrôle que subissent les travailleurs, et les intègre dans son analyse du temps, qu'il compare à une marchandise (Sennett, 2000, p.49).

¹⁷ Adam Smith était bel et bien un fervent apôtre du nouveau capitalisme, caractérisé par la liberté du marché (incluant la circulation de l'argent, des marchandises et de la main d'œuvre), la concurrence et l'accomplissement de tâches toujours plus spécialisées pour un meilleur rendement économique (Sennett, 2000, p.44-45). Cependant, la croissance des marchés et la division du travail assurait, selon lui, uniquement le progrès matériel de la société et non son progrès moral.

Finalement, les craintes de Smith et de Marx se confirment au 20^{ième} siècle avec le phénomène du fordisme¹⁸, qui mène à son paroxysme le principe de division du travail par l'exécution chronométrée des tâches à la chaîne. Les conditions de vie des ouvriers sont alors encore plus difficiles qu'auparavant, puisque ces derniers, exploités, doivent faire preuve d'une discipline extrêmement stricte pour être au service des rythmes des machines et égaler leurs performances.

2.3 La routine : exploration des significations actuelles

2.3.1 Un sens péjoratif

De nos jours, il semble que la société ait davantage adopté les positions de Smith et de Marx que celles de Diderot par rapport à la routine, comme nous avons d'ailleurs pu le constater au chapitre I, dans la sous-section 1.2.5.3 intitulée *Les milieux de travail : des temps de vie « désynchronisés »*. En effet, le terme *routine* semble avoir acquis un sens péjoratif, une mauvaise réputation dans le sens commun, puisqu'il est souvent supposé que celle-ci résulte d'une pression tantôt interne, tantôt exogène, donnant naissance à des obsessions ou à l'obéissance aveugle à une norme collective. La routine demeure ainsi souvent associée à des comportements passifs, tant individuellement que collectivement, comme des compulsions, des manies résultant d'une programmation en boucle du temps, des addictions, de l'aliénation, du conformisme ou de l'asservissement social (Urbain, 2010, p.25). La définition suivante du terme témoigne d'ailleurs à merveille de cette mauvaise réputation : manière « de penser ou d'agir selon des schémas invariables, [machinalement et avec peu de réflexion], en repoussant a priori toute idée de nouveauté et de progrès » (CNRTL, 2012, en ligne). Edmond de Goncourt, écrivain français, l'a d'ailleurs utilisé dans cette perspective dans son *Journal* (1860) : « Ils semblent rivés à leur sol, à leurs habitudes, à leur routine » (CNRTL, 2012, en ligne).

D'autre part, dans l'optique la plus critique de la littérature sociologique, il a été déclaré que la routine entrave la liberté, la créativité et la spontanéité des individus en raison de la « rigidité quasi-cadavérique qu'elle introduit dans la souplesse de la vie » (Urbain, 2010, p.26), la « mécanique et la monotonie des gestes qu'elle déroule » (Breviglieri, 2004, p.20), ce qui semble rejoindre la définition

¹⁸ Modèle d'organisation et de développement d'entreprise, inventé en 1908 par Henry Ford, fondateur de l'entreprise éponyme.

que nous venons d'exposer, et les conceptions de Smith et de Marx. Dans cet ordre d'idées, la routine se poserait en une figure du processus de rationalisation homogénéisante auquel est soumis le monde, que nous avons exposé au chapitre I, et engendrerait toute une série de maux, comme « le déclin des compétences techniques, la passivité intellectuelle [ou encore] l'amoindrissement du lien social » (Breviglieri, 2004, p.20).

2.3.2 La voie de la torpeur

Il est vrai que la répétition inhérente à la routine ou à l'habitude peut avoir, sur les individus, un effet léthargique. Bien entendu, elle rend l'accomplissement d'une tâche plus aisé, plus rapide et plus assuré au fil du temps, grâce aux nombreuses reprises qui ont permis de le pratiquer. L'assurance ainsi acquise permet donc d'effectuer cette action de façon plus distraite, à la limite en s'abandonnant (Alonso-Aldama, 2010, p.70). Bien que cela soit pratique, reposant et sécurisant puisqu'il n'est pas nécessaire d'être en alerte (nous y reviendrons), cet état comparable à l'inertie peut mener à l'engourdissement. En effet, il semble que l'habitude « suscite un état d'attente selon lequel les choses continuent d'être comme toujours » (Alonso-Aldama, 2010, p.72), en raison de leur récurrence, ce qui mène à des raisonnements tels « on fait comme ça, parce qu'on a toujours fait ça comme ça ». Or, au fil du temps, cette récurrence peut finir par supplanter le contenu des activités routinières, si bien que leur rythme régulier soit la raison principale de leur exécution. Dans ce contexte, lorsque l'inattendu, la surprise se présentent et brisent la régularité du rythme, nous sommes choqués suite au changement radical de celui-ci, que nous n'avions pas vu venir, endormis par nos habitudes, ce qui nous bouleverse émotionnellement avant tout, mais aussi cognitivement et pratiquement, et entrave le passage à l'action¹⁹.

¹⁹ Pour illustrer cette torpeur engendrée par l'habitude, Juan Alonso-Aldama, enseignant-chercheur en sciences de l'information et de la communication à Paris, donne l'exemple de la défaite de l'armée française de 1940 (durant la Seconde Guerre mondiale) « laquelle eut pour cause, dans une grande mesure, le conflit entre l'habitude – sous la forme d'une routine bureaucratique paralysante [adoptée en temps de paix] – installée dans l'armée, et dans la société française, et la surprise produite par le style de guerre allemand : *Tout le long de la campagne, les Allemands conservèrent la fâcheuse habitude d'apparaître là où ils n'auraient pas dû être* (les italiques sont de l'auteur) » (Bloch cité dans Alonso-Aldama, 2010, p.69-70).

2.3.3 Un vocabulaire défaillant

En fait, selon Jean-Didier Urbain, sémiologue français, le vocabulaire serait défaillant pour exprimer les vertus de la routine, mais luxuriant pour en exprimer les vices : « tout converge pour que l'habitude ne puisse être qu'un fait de domination humiliant ou maladif, toujours subi et le plus souvent irréfléchi » (Urbain, 2010, p.26), ce qui contribuerait à alimenter une « idéologie de la routine », selon laquelle il faut tout faire pour y échapper, puisqu'elle irait à l'encontre de l'audace et de l'aventure et se rangerait davantage du côté de la prévention et de la précaution (Urbain, 2010, p.26). Cette idéologie semble d'ailleurs en accord avec la conception du temps linéaire à laquelle ont adhéré les sociétés occidentales après la révolution industrielle : le temps, vu comme une flèche, ne peut que se diriger vers l'avant pour incarner le progrès, l'évolution ou l'innovation. Dans ce contexte, il est clair que la répétition déterminant la routine, puisqu'elle implique des retours en arrière, est perçue comme régression ou déclin (Semprini, 2010, p.78). Or, ces assumptions s'apparenteraient à une « conception figée et 'continuiste' » (Alonso-Aldama et Bertin, 2010, p.5) de la routine, reflétant la « dictature de la nouveauté et de la surprise ». Les pressions dont elle résulte soi-disant (les manies ou le conformisme cités plus haut) n'en sont, comme dans tout domaine, que de possibles dérives, entraînant, sans surprise, lassitude, dégoût et écœurement. Le recours machinal à la routine n'en serait donc qu'un usage anormal, celle-ci « devenue de servante maîtresse » (Chevalier cité dans Urbain, 2010, p.27), puisque la routine n'aurait pas pour fonction de dominer, d'aliéner ou de soumettre à l'autorité, mais d'aider les individus à être heureux, individuellement et collectivement (Urbain, 2010, p.27).

2.3.4 La répétition : une évolution créatrice

Il convient donc d'aller au-delà des idées préconçues au sujet de la routine pour considérer les pratiques routinières « dans leurs éléments constitutifs, leurs modalités, leurs différentes formes et les nouvelles significations qu'elles peuvent générer » (Alonso-Aldama et Bertin, 2010, p.5). Certains auteurs se sont consacrés à cette tâche et nous tenterons d'exposer leurs constats dans les lignes qui suivent. Après tout, la routine « s'actualise dans une grande variété de positions intermédiaires entre les deux pôles que sont l'événement unique [...] et le pur automatisme » (Alonso-Aldama et Bertin, 2010, p.5). Certains vont même jusqu'à affirmer que celle-ci, ou « tout ce qui est accompli de façon

habituelle et répétitive est un élément de base de l'activité sociale de tous les jours » (Giddens, 1987, p.33; Maffesoli, 1998, p.35).

En effet, bien qu'il semble convenu, dans le sens commun, qu'une constante répétition des mêmes pratiques mène à l'ennui, en raison de la perte de sens et de l'usure engendrée, selon Gilles Deleuze, philosophe français, « il n'existe pas d'imitation pure ou de simple reproduction, mais seulement une "évolution créatrice" », dans un nouveau contexte et dans des conditions différentes » puisqu'« une répétition du *même* comporte toujours de la différence », du renouvellement, ce *même* devenant toujours autre (Deleuze, 1968, p.12). Éric Landowski, directeur de recherche au CNRS, renchérit en affirmant que « la répétition inhérente à l'habitude comporte une part irréductible de nouveauté puisque l'accumulation des précédents modifie la valeur de chaque occurrence nouvelle et donc apparaît comme génératrice de sens » (Landowski cité dans Alonso-Aldama et Bertin, 2010, p.5). D'ailleurs, ne référons-nous pas à cette dimension créatrice de la routine lorsque nous visons à rassurer avec un « ne vous inquiétez pas, j'ai l'habitude »? La routine, alors, plutôt que générer l'ennui, rend possible l'action grâce à l'expérience acquise par la répétition, l'amélioration de la manière de faire.

2.3.5 Une charpente incontournable...

D'autre part, s'adonner répétitivement à un certain nombre de routines procurerait une structure aux individus, qui, même si elle paraît contraignante au premier abord, s'avère habilitante, puisqu'elle leur permet de concevoir leur existence comme un ensemble cohérent. Ainsi, nous nous réjouissons à l'approche des fins de semaine et des périodes de vacances car nous ne sommes pas dans l'obligation de suivre autant de règles et répondre à autant de devoirs que lors des périodes de travail. Sans doute arrive-t-il même que nous anticipions ces périodes pour profiter d'un maximum de temps libre pour soi, que l'on souhaite avec un minimum de contraintes. Si libérateur que ce sentiment puisse-t-être, il conviendrait de se méfier du temps qu'Urbain qualifie de désert, car celui-ci serait comparable aux sables mouvants des espaces déserts, meurtriers, qui, lorsqu'ils nous avalent, nous plongent dans un temps sans contenu défini, inorganisé, vide de normes et d'événements (Urbain, 2010, p.21-22). Selon Urbain, donc, les routines, par les tâches régulières, les règles et les mesures qu'elles impliquent, permettent un cadre, des repères pour « s'emparer du

temps vide, lui donner forme et substance en instaurant un ordre » (Urbain, 2010, p.21). Ainsi, sans une routine quotidienne, nous nous retrouverions dans une constante liberté par rapport à notre emploi du temps et serions continuellement confrontés à une multitude de choix et de décisions à prendre, ce qui deviendrait notre activité première (Van den Broek, *et al.*, 2002, p.210). La liberté par rapport au temps requiert un talent d'organisation particulier parce qu'elle s'apparenterait à un « cadeau empoisonné qui laisse sans passions, sans intérêts et sans capacité de trouver un sens dans sa vie » (Jahoda *et al.*, cités dans Tabboni, 2006, p.56). Elle pourrait ainsi donner naissance à un temps individuel et social assez désordonné, voire chaotique, n'importe quel acte devenant possible à n'importe quel instant, dans une période n'ayant ni commencement, ni fin (Lefebvre, 1961, p.54). Dans ce contexte, notre sentiment de maîtriser notre existence s'en trouverait affecté, puisqu'avoir à s'adonner à nos pratiques routinières nous motiverait à passer à l'action, orientant ainsi notre existence. Donc, les activités routinières constitueraient, en quelque sorte, une charpente autour de laquelle prendraient place les autres activités.

D'ailleurs, dans les domaines de l'éducation et de la pédagogie, il est toujours fortement conseillé de soumettre les enfants à une « règle temporelle rigide » qui discipline sévèrement les repas et les moments de sommeil (Tabboni, 2006, p.44-45), afin de leur fournir un cadre, une structure, favorisant le développement et la socialisation primaire. Ainsi, à travers « [la participation répétée d'un enfant] à des activités partagées et significatives, comme le salut, les repas, les rituels du coucher et les jeux sociaux, [activités pouvant être associées à des routines] » (Kubicek et Le Houezec-Jacquemain, 2002, p.381), une habitude serait mise sur pied, ce qui l'aiderait à développer ses capacités morales. Il apprendrait ainsi l'empathie, la réciprocité et les règles d'échange et de coopération et façonnerait de la sorte son tempérament. En effet, de tels schèmes comportementaux et interactifs répétés régulièrement permettraient à l'enfant d'intérioriser les valeurs et les pratiques de sa famille et de sa culture et aideraient à « l'organisation de la vie familiale, [en renforçant] l'identité de la famille, et [en répondant] au besoin qu'ont ses membres d'un sentiment d'appartenance » (Kubicek et Le Houezec-Jacquemain, 2002, p.381-382).

2.3.6 ...grâce à la rythmicité

En fait, ce qui aiderait à la structuration, ce sont les rythmes induits par le caractère répétitif des routines et des habitudes, la répétition ayant une fonction ordonnatrice (Maffesoli, 1998, p.111). Les rythmes instaurent effectivement des ponctuations dans la vie quotidienne, autant dans le temps que dans l'espace déserts, s'apparentant à non moins que des besoins vitaux. Ainsi, selon Marcel Mauss, sociologue et ethnologue français, l'être humain est l'animal rythmique par excellence (Mauss cité dans Chalas, 1988, p.250).

Premièrement, tous les processus physiologiques du corps humain sont organisés dans une multiplicité de cycles rythmiques²⁰. Certains d'entre eux sont autonomes – les rythmes endogènes – et agissent telles des horloges internes, tandis que d'autres sont influencés par des donneurs de temps externes, comme la lumière et la chaleur provenant du soleil. Ces donneurs de temps sont notamment responsables des cadences jour/nuit synchronisant le cycle activité/sommeil – les rythmes circadiens, d'une durée d'environ 24 heures influençant notre température interne, notre pression sanguine, notre pouls ou notre production d'hormones notamment – ou encore des saisons – les rythmes circannuels, équivalant à un an, à peu près. D'ailleurs, il s'avère que les routines quotidiennes pourraient s'apparenter à des donneurs de temps puisqu'elles contribueraient à la régulation et au respect de ces rythmes circadiens (Highmore, 2004, p.310-311).

Tous ces rythmes ont pour fonction ultime de relier l'organisme aux rythmes de son environnement et de l'univers et de décider en conséquence du moment opportun où les différentes fonctions biologiques doivent se déclencher. Par exemple, les rythmes endogènes se chargent de prévoir le surgissement de variations défavorables à l'équilibre interne et de s'en affranchir, afin que l'organisme soit disponible pour bien réagir face aux phénomènes non périodiques. Autrement dit, les rythmes biologiques agissent comme des régulateurs des êtres vivants face aux perturbations de l'environnement.

Enfin, tous ces rythmes différents sont hiérarchisés par souci d'efficacité et d'économie d'énergie. Ainsi, l'alternance de périodes d'activité et de repos palie à l'impossibilité, pour l'organisme, de tout

²⁰ Les informations de ce paragraphe concernant les rythmes biologiques proviennent de Lasén, 2001, p.27-33 et Poirier, 1990, p.271-274.

faire en même temps. De la même façon, se consacrer à des activités routinières dont le moment d'exécution est connu demande peu de concentration et permet alors « une économie d'effort cognitif et physique » (Conein, 1998, p.482), la disponibilité du cerveau pour des activités impliquant des connaissances le mobilisant davantage (Conein, 1998, p.481-482), et ainsi la relaxation (Highmore, 2004, p.309). Les rythmes biologiques témoignent donc du besoin d'auto-organisation dans le temps et de structure temporelle de l'organisme, besoin que l'on retrouve transposé dans la vie quotidienne et sociale des individus.

Ainsi, Henri Lefebvre, sociologue et philosophe français, soutient dans son ouvrage sur la *rythmanalyse* – ayant pour objet la connaissance des rythmes – que la vie quotidienne s'apparente à une polyrythmie, un ensemble de rythmes évoluant de façon simultanée et s'alliant pour créer une eurythmie, correspondant à l'état normal, à l'état de santé. Lorsque ces rythmes se désaccordent ou entrent en conflit – selon Lefebvre, le conflit rythmique le plus important aurait lieu entre les rythmes linéaires issus de la modernisation et de la rationalisation et les rythmes naturels et cycliques (Highmore, 2004, p.322) – interviendrait l'*arythmie*, qui finirait par donner naissance à la souffrance, à la maladie, à la pathologie (Lefebvre, 1992, p.27), autrement dit à la désynchronisation délétère. La routine, dans ce contexte, l'une des régularités temporelles de l'environnement des êtres humains (Tabboni, 2006, p.46), pourrait prévenir, du moins en partie, le désordre, l'anxiété et la panique possiblement engendrés par la situation d'arythmie décrite ci-dessus.

2.3.7 Une source de sécurité

D'ailleurs, l'exécution de routines représenterait une source de prévisibilité et, du coup, de sécurité pour les individus. Plus précisément, selon Anthony Giddens, sociologue britannique, les routines procurent aux individus un sentiment de sécurité ontologique (Giddens, 1987, p.33) qui, à son tour, garantit la continuité des pratiques routinières et des habitudes. Cette continuité leur donnerait conscience d'une certaine permanence des choses, ce qui leur éviterait d'être complètement à la merci des contingences du contexte (Highmore, 2004, p.307, 310-311) et contribuerait au maintien d'une bonne santé psychologique, au sentiment de pouvoir maîtriser leur existence, et donc à la stabilité sociale, cruciale lorsqu'il faut faire face à des crises, à des situations produisant de l'anxiété ou à des changements rapides (Silva, 2002, p.180). Cette propriété est, comme nous l'avons vu,

attribuable à la continuité mise en place par la rythmicité et la répétition, dans la vie quotidienne; selon Michel Maffesoli, sociologue français, répéter reviendrait à nier le temps, à se protéger contre le temps qui passe, contre l'angoisse du devenir (Maffesoli, 1998, p.110 et 115). Notons, d'une part, qu'il peut y avoir un dosage de cette fonction de déni, et que, d'autre part, le même déni du temps peut être également inséré dans l'éphémérité décrite au chapitre précédent (Des Aulniers, 2009b, p.110).

Dans la vie quotidienne, la routine s'avère nécessaire à la santé psychologique. Ce constat est d'ailleurs facile à confirmer en s'attardant sur des situations où ces dernières en sont absentes. Giddens l'illustre d'ailleurs avec l'exemple d'individus ayant vécu dans un camp de concentration : il est évident que ces derniers ne pouvaient pas se livrer à des pratiques routinières de la même façon que s'ils n'étaient pas détenus, et il était impossible pour eux de mettre sur pied de nouvelles habitudes à l'intérieur du camp en raison des persécutions constantes des gardes. Ainsi, le caractère imprévu et discontinu de leur existence, l'incertitude d'être encore vivant ou non le lendemain et l'incapacité de contrôler leur propre corps ont engendré chez ces individus un sentiment d'insécurité ontologique extrême, un haut degré d'angoisse qui ont gravement miné leur équilibre psychologique et joué un rôle important dans leur disparition. Autrement dit, lorsque les routines quotidiennes et leur enchaînement sont perturbés par des événements imprévisibles qui en menacent ou détruisent la certitude, le système de sécurité de base des individus et, par conséquent, leur santé psychologique, sont considérablement ébranlés (Giddens, 1987, p.111-112).

2.3.8 Bricoler pour échapper au temps quantitatif

Enfin, pour relier nos propos au contexte socioéconomique dont nous avons présenté quelques aspects au premier chapitre de ce mémoire, il semble que la routine permette d'échapper aux exigences du monde professionnel, du temps quantitatif et des rythmes qui lui sont associés, et d'évacuer la frustration accumulée par leur biais. De la sorte, une routine choisie, du fait de l'être, s'apparenterait à une habileté technique, une forme de savoir-faire pratique et tacite engageant les individus de façon active et mettant en évidence leur capacité à bricoler et à « faire avec » (Breviglieri, 2004, p.20-22), afin de résister aux standards économiques et à l'idéologie dominante,

refuser l'ordre établi et les répétitions imposées²¹. Ainsi, pour contrer la fatigue, à la fin d'une journée de travail, la préparation d'un repas, par exemple, pouvant être associée à une activité routinière, peut constituer une manière de relaxer, mais surtout de façonner soi-même quelque chose (Giard, 1994, p.223) et de faire appel à ses capacités créatrices. Dans le même ordre d'idées, s'adonner à des tâches manuelles qui exigent un minimum d'effort « stimulerait notre circuit de la récompense, ce qui déclencherait la production d'endorphines », ces hormones que l'on estime responsables du bonheur (Lambert²² citée dans Allard, 2012, en ligne). Certaines pratiques routinières, donc, pourraient constituer des initiatives individuelles ou collectives dont le but consiste à se réapproprier son mode de vie quotidien en prenant le contrôle de certains rythmes de son existence, tel que présenté dans la section 1.3 intitulée *Quelques résistances*. En prenant le contrôle rythmique de notre existence, il est possible que nous ne fassions pas les choses de façon urgente comme il semble coutumier de le faire. Or, selon Aubert, il est essentiel de se programmer dans le temps des « bulles de non-urgence » parce que le non urgent « a pour objet d'anticiper et de préparer l'avenir, et c'est là que se situe la centrale d'énergie d'un individu, réserves d'oxygène permettant de faire face dans les moments difficiles, qui peuvent disparaître si on ne s'en occupe pas » (Aubert dans Soulet, 2006, p.54-55). Après tout, la routine est une pratique purement quotidienne, et ce quotidien constituerait une matrice, une base pour les autres pratiques sociales (Sandywell, 2004, p.161), « le lieu et le temps où l'humain s'accomplit » (Lefebvre, 1961, p.25) par un ensemble de « minuscules attitudes de tous les jours, trajets, discussions, cuisine, promenades, recherches vestimentaires » (Maffesoli, 1998, p.13), attitudes que nous pourrions associer à des routines.

En dernier lieu, en nous attardant sur la routine, c'est en bout de ligne aussi d'économie que nous traitons, dans une perspective peu développée, de nos jours toutefois. Ainsi, l'*économie*, du grec *oekonomia*, se définit dans cette optique comme l'organisation, la disposition, la gestion intérieure d'une maison ou d'une famille (CNRTL, 2012, en ligne). Elle concernait ainsi, dans l'Antiquité, le domaine domestique et les questions du soin de la demeure et du rangement, et n'impliquait pas

²¹ Cette position rejoint celle de Michel de Certeau, exposée dans *L'invention du quotidien – Tome 1 : Arts de faire* : « [les] procédures et les ruses des consommateurs composent [...] le réseau d'une antidiscipline [...] » (1990, p.xl).

²² Kelly Lambert est neurobiologiste et psychologue au Randolph-Macon College, à Ashland, en Virginie.

directement, comme dans l'économie moderne, les conditions de production, de distribution, de consommation ou d'accumulation des richesses. Il s'agissait simplement de rendre l'environnement habitable, maniable pour pouvoir *s'épargner*, et concentrer son attention sur des aspects de l'existence demandant davantage d'attention, comme la « chose publique » (Breviglieri, 2004, p.27-28). Autrement dit, accomplir des routines, dans ce sens, reviendrait à *économiser*, c'est-à-dire prendre en compte et respecter les différents éléments, la nature, les humains et la maisonnée, *oïkos* en grec, ayant donné économie mais aussi écologie. Bien plus, dans cette optique « d'épargne », la routine offrirait une sorte de temporisation qui servirait en quelque sorte de « rampe de lancement » pour l'activité créatrice.

Pour terminer, si la routine s'apparente à une petite route, comme nous l'avons dit au début de ce texte, considérons plusieurs des caractéristiques de cette dernière que nous pourrions facilement appliquer à la routine et qui enrichiraient notre point de vue. Tout d'abord, la route implique la sortie, la liberté et l'ouverture (Dagonet, 1996. p.21). Elle est aussi associée à la solidité terrestre, à un endroit où l'on peut poser nos pieds en toute sécurité (Dagonet, 1996. p.22), tout en étant le « premier médiateur naturel [...] par où passent tous les échanges » (Dagonet, 1996, p.21). Enfin, avec la diversité des paysages et des environnements qu'elle traverse, elle s'oppose à présent à l'autoroute et à la vitesse, à la quasi-instantanéité qui la déterminent (Dagonet, 1996, p.23).

2.4 Un espace-temps pour questionner la routine : le départ de la maison parentale

Notre objectif de recherche, souvenons-nous, concerne l'exploration de la présence, du statut social et du rôle éventuel de la routine dans un processus de (re)construction identitaire. Nous avons choisi pour cela la situation de jeunes adultes ayant quitté la maison parentale et habitant leur propre domicile. Nous pourrions ainsi investiguer l'importance ou le poids relatif de la routine dans la constitution de l'identité de jeune adulte dont nous présenterons plus bas quelques enjeux utiles à notre propos.

2.4.1 De la construction identitaire

L'identité « consisterait en un assemblage de paramètres (de temps, d'espace, de relations [...]), par lesquels les individus et les collectifs peuvent se reconnaître, se repérer, se nommer et se définir [...] » (Des Aulniers, 2009a, p.2). Selon Phyllis Greenacre, psychanalyste américaine, elle est constituée de deux composantes : l'une à dominante interne, renvoyant à la notion d'unité, aux éléments unifiés représentant le tout qu'est l'individu, et l'autre à dominante externe, faisant référence à la notion de singularité, au besoin de différenciation et de reconnaissance de l'individu, à son unicité (Greenacre citée dans Des Aulniers, 2009a, p.2). Selon Paul Ricœur, philosophe français, l'identité du *soi* combinerait également permanence et changement, certains traits étant stables – comme le caractère – et d'autres pouvant être transformés au cours de l'existence, en fonction des différents projets dans lesquels le sujet s'inscrit (Ricœur cité dans Dictionnaire de l'altérité et des relations interculturelles, 2003, p.155). Ce dernier se situerait alors dans un processus de construction – ou reconstruction – identitaire, comme c'est le cas des jeunes visés par notre recherche, ayant fait et réalisé le projet de quitter le domicile parental.

Ce qui semble particulièrement important pour un jeune individu, de nos jours et dans nos sociétés, c'est d'être exposé à des stimuli externes, de reconnaître certains éléments le constituant et tout autant, lui fournissant un idéal, et donc de s'identifier à certains, pour enfin se définir comme « soi ». L'autonomie, incluant l'autonomie spatiale, et la redéfinition des statuts, deux enjeux majeurs caractérisant la situation des jeunes adultes désirant quitter le foyer parental, s'inscriraient dans ce désir d'être soi.

2.4.1.1 L'autonomie

L'autonomie, de nature subjective, « renvoie à l'idée que l'individu se donne lui-même ses propres règles »; grâce à la raison, il dispose d'un pouvoir sur lui-même qui lui permet de « vivre et agir par soi » (Ramos, 2002, p.17-18). Ainsi, sur la base plus ou moins « conscientisée » des acquis de son éducation familiale, estimons-nous, la préoccupation première d'un jeune serait de se découvrir intérieurement (Gaviria, 2005, p.80) en expérimentant tout un ensemble d'événements et de situations nouvelles. Or, il apparaît que pour y arriver, la solitude physique (Gaviria, 2005, p.80), ou le

fait de vivre séparément des parents, soit perçue comme une des seules voies praticables, puisqu'il semble « impossible de devenir adulte [en restant chez ses parents] » (Gaviria, 2005, p.81). Pour ce faire, il semble important d'éviter l'engagement auprès de la famille d'origine – et même auprès d'une nouvelle, d'ailleurs – et de se dissocier de toute valeur ou attente familiales (Gaviria, 2005, p.81 et 83) afin de se construire une identité d'individu à part entière. Donc, il apparaît que le jeune individu se sente devenir mature uniquement à l'écart de sa famille, « perçue comme une source de frustration quand la relation établie avec elle s'accompagne d'une dépendance [...] résidentielle » (Gaviria, 2005, p.30). L'un des moyens mis en œuvre par les jeunes individus pour atteindre l'autonomie et se construire leur propre identité serait donc de vivre dans un autre domicile que celui des parents. Cela implique qu'ils possèdent leur propre espace qu'ils organisent à leur guise.

En effet, l'appropriation d'un environnement, le fait d'en faire un chez-soi (distinct du domicile parental) en y exprimant sa personnalité et de s'en occuper, s'avère très important dans un processus de construction de soi, puisqu'il apparaît que « le foyer est un lieu où l'on essaie activement différents aspects de son ego » (Löfgren cité dans Ramos, 2002, p.22), où, librement, on reproduit ou on innove dans les actes de la vie quotidienne (Segaud, 2010, p.98). Ainsi, l'espace que l'on considère comme son chez-soi et les objets qui s'y trouvent pourraient être considérés comme des symboles de valeurs (Ramos, 2002, p.23), des marqueurs identitaires (Ramos, 2002, p.25) liés à nos vies, auprès desquels on se sent soi.

Notons également que la dimension de l'espace investi par le jeune individu et transformé en chez-soi implique les aspects du rangement et de l'ordre qui appartiendraient à présent entièrement à ce dernier, puisqu'il ne s'agit plus d'une règle ou une contrainte parentale. D'ailleurs, il semble que le rangement « renforce la familiarité aux choses et [change l'espace objectif en une surface familière de contact] tenant ainsi une importance majeure dans la genèse des routines » (Breviglieri, 2004, p.26). Le processus d'appropriation d'un espace constitue donc un élément central pour comprendre la routine, en raison de l'aisance – dans le temps et l'espace – y étant acquise (Breviglieri, 2004, p.24 et 26).

D'ailleurs, l'accomplissement volontaire de routines choisies entraînerait chez les individus un sentiment d'autonomie d'action, car il leur permettrait d'exercer leur contrôle sur une petite sphère de vie quotidienne qu'ils considèrent comme « leur affaire », leur univers (Giddens, 1987, p.111-112).

Construire cet univers, le délimiter et le perpétuer par des pratiques répétitives donneraient la possibilité aux individus d'intérioriser le temps et l'espace collectifs, se les approprier, et ainsi évoluer dans une durée en partie autoproduite, puisque la répétition contribue à rendre l'environnement familier. Vivre ses propres routines, donc, reviendrait à trouver un équilibre rythmique, s'harmoniser, trouver sa juste mesure, entre les temporalités exogènes (issues du temps cosmique, du calendrier, des injonctions et des multiples modèles sociaux véhiculés par l'éducation et les médias) et sa propre temporalité, son propre mode de fonctionnement, en s'ajustant aux circonstances et en gérant les imprévus avec ses propres ressources, son imagination, son inventivité – bref, s'autodéterminer –, qui participent, en fait, à la construction et la consolidation identitaires.

2.4.1.2 Une redéfinition des statuts

La formation de l'identité personnelle, du soi comme nous l'avons dit plus haut, « s'inscrit toujours dans une relation interactive à autrui » (Gaviria, 2005, p.30-31). Plus précisément, l'individu, pour devenir lui-même, et dans un mouvement jamais achevé, aurait besoin du regard de personnes importantes pour lui, les autrui significatifs (Ramos, 2003, p.28), que nous pourrions associer, dans notre cas, aux parents. En effet, ils semblent eux aussi, en tant que famille, jouer un rôle dans la construction identitaire du jeune individu ayant quitté leur domicile, puisque la fonction centrale de la famille reviendrait à « consolider en permanence le soi des adultes et des enfants » (Ramos, 2002, p.29). Plus précisément, aujourd'hui, plutôt que de se soucier en priorité de la transmission des valeurs, de la préservation de leurs intérêts ou de la soumission à l'autorité, les familles dites relationnelles seraient attentives au soi de chacun de leurs membres et privilégieraient des valeurs telles l'autonomie, la responsabilité et l'épanouissement personnel. Plus précisément, la nouvelle mission de la famille serait d'assurer l'identité personnelle des individus – et sa reconstruction, au besoin sur des bases différentes – en les laissant libres de faire leurs propres expériences et de se construire un petit « univers privé » (Ramos, 2002, p.28). Dans cette optique, lorsque les jeunes individus décident de vivre séparément de leurs parents, il semble être « un devoir » (Gaviria, 2005, p.84) pour ces derniers de leur permettre de partir, de ne pas les retenir et de les laisser faire leur vie.

Dans ce contexte, il semble que l'on assiste à une redéfinition des rapports entre les deux générations. Les membres de la famille sont encore très liés affectivement (Maunaye, 2001, en ligne),

mais les statuts à l'intérieur de celle-ci semblent être bouleversés. En effet, le jeune, pour s'épanouir en tant que soi autonome, chercherait à moins se définir par son identité statutaire – qui « dérive du statut de chacun dans une situation donnée; [...] dans la famille, l'identité statutaire des enfants est celle de "enfant de" » (Gaviria, 2005, p.34) – et s'efforcerait de mettre de l'avant son identité personnelle, pour aboutir, avec ses parents, à un rapport d'égal à égal (Maunaye, 2001, en ligne), une rencontre entre adultes qui se reconnaissent comme tels. Évidemment, l'identité statutaire, même si elle semble moins forte dans la définition de soi du jeune individu, y demeure toujours présente, si bien que ce dernier se retrouverait dans une dialectique identitaire, en quelque sorte « un conflit entre la recherche de l'authenticité [le soi] et le souci de ses engagements [le souci de tout de même rester "enfant de"] » (Gaviria, 2005, p.34). Finalement, il semble tout de même subsister une tension dans la construction identitaire des jeunes individus ayant quitté la maison parentale entre ressemblance [à leurs parents, à leurs façons de faire] et différenciation (Maunaye, 2001, en ligne). L'importance ou le poids relatif que ces jeunes attribueront à la routine dans leur processus de (re)constitution identitaire en sera sans doute influencé.

2.4.2 Une découverte de soi : « répéter pour être »²³

En conclusion, la routine permettrait finalement d'accéder à la découverte de soi. Selon Ferdinand Tönnies, sociologue et philosophe allemand, la routine (l'habitude dans le texte) serait l'expression « de ce qu'il y a de plus profond et de plus intime en l'homme, [de son désir d'être] » (Tönnies cité dans Chalas, 1988, p.251). Cette position rejoint celle de Félix Ravaisson, philosophe français du 19^{ème} siècle, selon laquelle l'habitude correspondrait à une « seconde nature » (Ravaisson, 1997, p.83). D'ailleurs, il suffirait de briser ses habitudes, de s'en éloigner d'une quelconque façon pour que nous ressentions de la nostalgie, qui correspond, dans son premier sens, à l'« état de tristesse causé par l'éloignement du pays natal » (CNRTL, 2012, en ligne), l'éloignement de son chez-soi, ou l'éloignement de ce qui était véritablement soi, « de ce qui nous [est] propre, originel » (Chalas, 1988, p.252).

²³ La citation provient de Chalas, 1988, p.250.

En fait, c'est la répétition des routines qui permettrait aux individus de tester et confirmer leur propre existence et ainsi fonder leur identité personnelle (Chalas, 1988, p.249). Ainsi, l'être humain, pour connaître son « moi intime » (Proust cité dans Chalas, 1988, p.249) et pour s'assurer de son intégrité, aurait constamment besoin de revenir sur ses actions, ses sensations et ses paroles. Qui plus est, il ne lui suffirait pas d'une fois pour qu'il en soit convaincu mais d'une constante réinterprétation : « il faut qu'il se [le] répète, qu'il y revienne sans cesse pour s'en imprégner ou du moins pour ne pas trop s'en écarter » (Chalas, 1988, p.250).

D'ailleurs, il apparaît qu'habiter, « c'est revenir sans cesse sur ses pas, [...] s'installer, c'est répéter » (Chalas, 1988, p.245) et cette répétition de l'espace serait finalement « le support privilégié de la construction ou de la consolidation d'une identité (Pankow citée dans Chalas, 1988, p.250).

2.5 Des dimensions à documenter en terrain

De tout ce qui a été exposé, il nous faut rendre opératoires les concepts sur lesquels s'articule notre recherche. Nous pouvons dégager de la sorte quatre grandes dimensions matrices. Pour chacune de ces grandes dimensions, nous pouvons décliner des sous-dimensions, lesquelles généreront chacune une ou deux questions. Les quatre dimensions matrices – ainsi que leurs sous-dimensions – sont :

1- SITUATION ET RAPPORT À LA CULTURE DOMINANTE :

- description du rapport au temps dominant perçu et position personnelle (aisance, réactivité, etc.), rythme de vie, outils de gestion du temps, représentations du passé, du présent, de l'avenir
- rapport à l'espace par la description du milieu de vie (quartier, voisinage, espaces domestiques) et sentiments rattachés (chez-soi), description des actes posés sur l'espace (rénovations, ameublement, décoration, entretien)
- perception de la place des technologies dans la vie quotidienne

2- STYLE DE VIE ÉTUDIANT :

- motivations à quitter le foyer parental (attirance, attentes)
- description d'une journée-type (études, emploi)

- description des actes de consommation typiques, des loisirs habituels, du fonctionnement des repas, etc.

3- VÉCU DE LA ROUTINE ET RÉFLEXION SUBSÉQUENTE :

- définition spontanée de la routine, illustrations tirées de sa propre vie et pour chacune, exploration de ce qui les légitime ou en provoquerait le besoin et de leurs effets, explication des composantes qui émergent spontanément, explicitation des composantes constitutives de la routine si non émergées spontanément (ce sur quoi elle porte, répétition, rythme, plus ou moins grande élasticité de la régularité, disposition mentale lors de l'activité routinière, et avant et après, etc.), opinion sur le statut de la routine tel que véhiculé dans le discours courant, dans les médias, perception de l'importance de la routine pour les parents ou occupants du domicile parental

4- POSITION DES MARQUEURS IDENTAIRES ET DE LEUR ÉVOLUTION, EN LIEN AVEC LA ROUTINE :

- perception de soi nouvelle depuis la décohabitation, éléments de leur vie qu'ils jugeaient non exprimés chez leur parents et maintenant davantage exprimés, perception de l'importance de la routine dans le processus de décohabitation et d'adaptation au nouvel environnement, perception de l'importance de la routine dans la construction du « nouveau soi », émergence de la découverte de soi-même
- lien entre routine et unité de soi, définition de soi, place de la routine dans cette définition
- lien entre routine et sentiment d'être singulier

Cet ensemble nous servira de canevas de départ pour nos entretiens, qui seront ainsi dits semi-dirigés (cf. chapitre III), et c'est ce même ensemble qui servira d'armature à notre analyse, tout en ne négligeant pas les sous-dimensions nouvelles qui émaneront probablement des dits entretiens.

CHAPITRE III

ÉLÉMENTS DE MÉTHODOLOGIE

3.1 La recherche qualitative : repères historiques et fondements

Les méthodes employées dans notre recherche procèdent d'une approche qualitative. La recherche qualitative désigne toute recherche empirique abordant son objet d'étude de manière ouverte et assez large et débouchant, suite à une collecte et une analyse de données au moyen de méthodes qualitatives (nous y reviendrons), sur un récit ou une théorisation (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.356-357). S'inscrivant dans une optique compréhensive, elle vise « une compréhension interne » des phénomènes humains, dont elle explore les significations (Mucchielli, 2009, p.49-50).

De cette façon, la recherche qualitative se distingue fondamentalement de la recherche quantitative, et ce, depuis le 19^{ième} siècle, lorsque le philosophe allemand Wilhelm Dilthey se pose en réaction au positivisme d'Auguste Comte, philosophe français, et déclare les sciences humaines et sociales, par opposition aux sciences naturelles, « irréductibles aux méthodes naturalistes d'explication des phénomènes » (Mucchielli, 2009, p.49), largement utilisées à cette époque. En effet, ces dernières s'employaient – et s'emploient encore aujourd'hui – à expliquer, mesurer des phénomènes sociaux (Deslauriers, 1991, p.19) ou à vérifier une théorie, avec des instruments quantifiant les données de recherche, un échantillon assez large en vue d'une généralisation des résultats, et un maximum de distance entre le chercheur et ses sujets pour ainsi favoriser l'objectivité et la reproductivité de sa recherche (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.359). Dilthey défendait donc l'idée d'une spécificité des sciences humaines et sociales, et voulait construire une méthode qui leur soit propre. Le but de ces sciences, annonçait-il déjà, n'est pas d'expliquer mais de décrire et de comprendre en profondeur le sens et la portée des gestes posés par les acteurs sociaux et historiques (Pourtois et Desmet dans Mucchielli, 2009, p.121). Depuis, le statut et l'importance de la recherche qualitative ont évolué de manière inégale selon les disciplines, jusqu'aux années 1960, où elle s'est imposée comme méthodologie principale d'approche de l'objet d'étude en sciences humaines et sociales, particulièrement en ethnologie, anthropologie et sociologie (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.357-358).

Concrètement, une recherche qualitative tend à découvrir le sens, les significations intimes attribués à un phénomène par les individus y étant confrontés. Elle privilégie donc l'étude de peu de cas, mais en détails, afin de s'immerger dans leur complexité, leurs contradictions et leur dynamique (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.358; Pourtois et Desmet dans Mucchielli, 2009, p.122). Le chercheur, sensible, empathique et ouvert à l'autre, établit un contact personnel prolongé avec les individus participant à sa recherche et leur environnement (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.359). Il s'attarde sur leurs points de vue et accorde une importance particulière à leurs sentiments, leurs émotions, leurs représentations (Deslauriers, 1991, p.11), ainsi qu'au contexte dans lequel ils évoluent. L'individu et son milieu sont, de la sorte, considérés comme un tout. Quant au chercheur, il demeure lui-même le principal outil méthodologique dans toutes les étapes de sa recherche, dont il ajuste le déroulement dans la construction progressive de l'objet (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.359; Pourtois et Desmet dans Mucchielli, 2009, p.69).

Enfin, il semble que les recherches qualitatives portent souvent sur des expériences ordinaires de la vie quotidienne, sur « toutes ces choses devenues si communes, donc si évidentes, que personne n'y prête attention » (Bourdieu et Wacquant cités dans Deslauriers et Kérisit, 1997, p.89). L'approche qualitative se marie alors particulièrement bien avec notre objet d'étude, la routine, activité quotidienne par excellence. C'est donc dans cette optique inductive que s'inscrivent notre recherche et la méthode choisie pour collecter les données.

3.2 Le récit de vie : la méthode appropriée

Mener une recherche qualitative implique le choix d'une méthode de collecte de données. En recherche qualitative, plusieurs techniques de collecte ouvertes sont possibles, comme la consultation de ressources documentaires, l'observation participante, ou l'entrevue. Souvenons-nous que notre objectif de recherche concerne l'exploration de la présence, du statut social et du rôle éventuel de la routine dans un processus de (re)construction identitaire, dans le cas de jeunes adultes ayant quitté la maison parentale et poursuivant leurs études. Premièrement, mettre la main sur des documents traitant des représentations que des jeunes dans une telle situation (et dans le contexte socio-économique décrit au chapitre I) se font de la routine et la place qu'ils lui attribuent dans leur vie quotidienne aurait été, sinon impossible, extrêmement difficile et fastidieux. Également,

les informations auxquelles ils nous auraient exposée auraient sans doute été incomplètes en regard des dimensions que nous voulions couvrir, sans compter qu'il était important pour nous d'avoir accès au témoignage vif de l'auteur, à son métalangage, nous permettant alors de mieux percevoir ses motivations, ses inquiétudes – voire ses angoisses –, ses impressions, ainsi que les significations qui s'en dégagent au premier abord, pour eux, et ensuite pour la suite de notre analyse.

D'autre part, observer des jeunes en (re)construction identitaire se consacrer à leurs routines éventuelles (et y participer) se serait également avéré irréalisable. En effet, les routines, il est facile de s'en douter, peuvent couvrir la majorité, voire tous les domaines d'activité de la vie quotidienne. S'immerger de la sorte dans la vie entière d'un individu, même avec son accord, se serait révélé, pour lui, fortement invasif, sans compter que certaines routines ont l'intimité pour condition, ce qui aurait entamé la validité des données que nous aurions recueillies.

Pour ces raisons et comme nous voulions accéder à l'interprétation de la réalité des jeunes en (re)construction identitaire, nous avons choisi de les rencontrer en personne et de recueillir de vive voix le récit de leur expérience afin de mieux le cerner, et ce, dans l'évolution même de la pensée exprimée dans l'interlocution, au moment de son expression.

Pour ce qui est des entrevues, nous aurions pu les effectuer par téléphone ou procéder à des rencontres de groupe, conformément aux possibilités offertes par la méthode qualitative. Bien que ces techniques présentent l'avantage d'être peu coûteuses en temps et en énergie (Mongeau, 2008, p.98), elles ne favorisaient de toute évidence pas l'atteinte de notre objectif de recherche axé sur l'exploration. En effet, les entrevues téléphoniques restent courtes, rapides, et dirigées et les rencontres de groupe peu propices au déploiement d'expériences personnelles et, à la limite, intimes. Elles posent également la même limite énoncée plus haut concernant le témoignage vif, en présence.

Il nous est donc apparu nécessaire d'ouvrir un espace au dialogue et à la description de détails, en plus de manifester une écoute attentive, en privilégiant l'entretien en face à face, qui s'avère être l'une des techniques de collecte les plus riches et les plus souples qui soient (Mongeau, 2008, p.96), nous rapprochant ainsi de l'atteinte de notre objectif de recherche. Plus précisément, il nous a semblé que le récit de vie serait la méthode la plus appropriée pour accéder au discours des jeunes

dans la situation qui nous intéresse, afin d'explorer avec eux les dimensions à l'étude, partager leur expérience ainsi que l'interprétation qu'ils en font et les significations qu'ils lui attribuent.

Le récit de vie thématique, plus précisément, se rapporte à une période particulière de la vie des sujets (Deslauriers, 1991, p.44) et oriente les entretiens sur une problématique précise. Grâce aux entretiens narratifs, il est possible, pour le chercheur, d'approfondir un thème particulier ou d'investir de nouvelles dimensions par des nouvelles questions, si le besoin se présente, tel que préconisé par la technique des récits de vie, dont voici en détail quelques fondements.

3.2.1 Le récit de vie thématique

La sociologie empirique, discipline de laquelle découle la méthode des récits de vie, est née dans les années 1920 et 1930 à Chicago, aux États-Unis, lorsque « des enseignants encourageaient leurs étudiants à recueillir "des documents humains" » (Bertaux, 2006, p.7), mais ce n'est qu'en 1976 que l'expression « récit de vie » a été introduite en France, se distinguant ainsi de l'« histoire de vie » qui prévalait jusqu'alors. L'histoire de vie faisait ainsi référence à l'histoire vécue par une personne, tandis que le récit de vie renvoie au récit qu'elle en fait, distinction essentielle selon Daniel Bertaux (2006, p.11), directeur de recherche au CNRS.

La méthode des récits de vie s'inscrit épistémologiquement dans une perspective dite ethnosociologique, un type de recherche empirique s'inspirant à la fois de l'ethnographie en ce qui a trait à ses techniques d'observation, et de la sociologie par la nature des problématiques et des objets sur lesquels elle se penche (Bertaux, 2006, p.17). Cette perspective postule que les sociétés contemporaines, très diversifiées, se composent d'une multitude de mondes sociaux construits autour d'un type d'activité spécifique²⁴ (Bertaux, 2006, p.19), ou de situations sociales communes à plusieurs individus²⁵ (Bertaux, 2006, p.20). Elle propose donc de se concentrer sur un monde social ou une catégorie de situation en particulier – donc sur un fragment de la réalité socio-historique – et,

²⁴ Cette activité peut être professionnelle, culturelle, sportive, associative ou autre (Bertaux, 2006, p.19-20).

²⁵ Selon Bertaux, cette situation est sociale « dans la mesure où elle engendre des contraintes et des logiques d'action qui présentent bien des points communs, où elle est perçue à travers des schèmes collectifs, où elle est éventuellement traitée par la même institution » (Bertaux, 2006, p.20).

grâce à des observations sur le terrain et des études de cas en profondeur, d'en saisir le fonctionnement, les dynamiques, les logiques propres et les formes sociales de l'intérieur.

Ainsi, les individus d'un monde social ou ayant une situation en commun – appelés informateurs – *racontent* leurs expériences au chercheur, et le récit qu'ils en font l'éclaire sur leurs pratiques, leurs réactions, les leçons tirées ou encore leurs projets (Deslauriers, 1991, p.42). Le verbe raconter est alors ici essentiel puisque « la production discursive du sujet a pris la forme narrative » (Bertaux, 2006, p.36), et la narration contribue à construire les significations.

Les cas particuliers et ce qu'ils contiennent de « données factuelles replacées dans leur ordre diachronique, d'indices descriptifs ou explicatifs » (Bertaux, 2006, p.27) mis en rapport grâce aux récurrences qu'ils présentent peuvent ultimement contribuer à l'enrichissement des concepts et donner naissance à des hypothèses plausibles quant au fonctionnement du phénomène à l'étude. En remontant de la sorte du particulier, de la vision intime du vécu quotidien des informateurs, au général, les singularités des différents témoignages sont dépassées et l'on se retrouve face à une « représentation sociologique des composantes sociales [...] de la situation [étudiée] » (Bertaux, 2006, p.37), à des traits « caractéristiques du vécu collectif » (Raybaut dans Mucchielli, 2009, p.362).

Enfin, en ce qui nous concerne, comme on le sait, les informateurs participant à la recherche sont des jeunes ayant quitté la maison de leurs parents. Nous en traiterons d'ailleurs plus bas, dans le présent chapitre. Il est facile de constater qu'il ne s'agit pas là d'une activité commune constituant le monde social auquel ils appartiennent mais d'une « catégorie de situation » (Bertaux, 2006, p.21). C'est donc précisément cette situation qui leur est commune que nous avons investiguée dès le premier entretien, à partir duquel s'ouvre l'ensemble de la démarche d'analyse.

3.3 De la théorie à la pratique: les aspects techniques du terrain

3.3.1 La conception de la recherche

Après avoir défini notre problématique de départ entourant le monde contemporain et son rapport au temps et à l'espace dominant, après avoir élaboré un cadre conceptuel permettant de mieux

appréhender les significations de la routine, il était temps pour nous de passer à l'enquête de terrain et d'explorer les dimensions qui en sont issues avec nos informateurs. Pour les trouver, nous avons envisagé plusieurs stratégies, dont deux se sont avérées fructueuses : d'une part, nous avons envoyé un courriel à notre cercle d'amis leur expliquant que nous effectuions une recherche sur la routine et leur demandant si quelqu'un, dans leur propre entourage répondait à nos critères de sélection (cf. Appendice A); d'autre part, nous avons placé, sur plusieurs babillards des pavillons Judith-Jasmin, Hubert-Aquin, des Sciences de la Gestion et DS de l'Université du Québec à Montréal (avec l'accord des services à la vie étudiante), une annonce invitant les étudiants à participer à notre projet, en échange d'une contribution de 25\$ (cf. Appendice B). Sur l'annonce figuraient une brève description de notre recherche, nos coordonnées ainsi que les critères de sélection des participants, reliés à notre problématique ou établis de façon purement intuitive. Les voici :

- Être étudiant
- Avoir quitté le domicile parental depuis 5 ans maximum
- Vivre avec des colocataires autres que le/la conjoint(e)^{26 27}
- Être d'origine québécoise de langue française depuis quatre générations²⁸
- Être disponible pour deux entrevues d'une durée approximative de 90 minutes, dont une, au moins, se déroule à son propre domicile

Grâce à l'utilisation de ces deux procédures combinées, douze personnes intéressées nous ont contactée. Parmi celles-ci, nous avons choisi quatre participants, deux hommes et deux femmes, dont les caractéristiques s'apparentaient plus près à nos critères: Pierre et Léa ont répondu à notre

²⁶ Compte tenu de la précision des critères de sélection des participants et de la difficulté d'avoir accès à un nombre suffisant d'entre eux, certaines conditions ont dû être assouplies en cours de route. Ainsi, *être étudiant de l'UQÀM* est devenu *être étudiant*, *avoir quitté le domicile parental depuis 2 ans maximum* est devenu *avoir quitté le domicile parental depuis 5 ans maximum*, *vivre en colocation avec une ou deux personnes autres que le/la conjoint(e)* est devenu *vivre avec des colocataires autres que le/la conjoint(e)*.

²⁷ Nous avons décidé d'exclure les jeunes vivant en couple, pour éviter que cette dimension n'influence les résultats de la recherche et donne naissance à une comparaison avec ceux ne vivant pas avec leur conjoint(e). D'ailleurs, la routine, au sein d'un couple, peut générer une multitude de dimensions qui dépassent le cadre de notre recherche.

²⁸ Nous avons décidé d'exclure les jeunes n'étant pas d'origine québécoise de langue française depuis quatre générations, pour éviter que cette dimension n'influence les résultats de la recherche et donne naissance à une comparaison interculturelle.

annonce et Marcel et Sophie nous ont été référés par notre cercle d'amis. Malgré leur petit nombre, nous considérons que les principaux objectifs d'apprentissage méthodologique ont pu être atteints, dans le sens qu'il s'agissait tout de même d'une bonne occasion d'explorer – dans le but de maîtriser – les techniques de recueil de données et de mettre à l'épreuve l'attitude d'écoute nécessaire à tout chercheur qui investit une problématique *in vivo*, en même temps que d'améliorer notre capacité de décoder le contenu du propos d'un informateur au sein d'une entrevue. De la sorte, nous pouvons estimer que nous avons eu en main suffisamment de « matériel » pour investir ce qu'il recèle et le traiter en profondeur dans la perspective que nous venons de décrire, en veillant à nous tenir le plus près possible du phénomène étudié.

Lors du premier contact avec eux, qui s'est effectué par courriel, avant de décider des modalités d'un premier rendez-vous, nous avons insisté sur notre disponibilité pour répondre à toute question qu'ils pouvaient avoir, et ainsi, tel que proposé par Bertaux, asseoir notre identité de chercheur et inspirer un sentiment de confiance (2006, p.55-59). Suite à ce contact, tous les participants ont accepté de procéder à au moins un entretien au sein de leur domicile, ce qui leur a permis de nous raconter leur histoire dans leur propre environnement, leur propre « cadre de routines ». L'autre entretien a eu lieu, à leur convenance, soit au bureau de la chercheuse à l'Université du Québec à Montréal (UQÀM), soit dans un café.

Les entretiens se sont déroulés entre le 28 janvier et le 17 mars 2010, à deux reprises pour chacun des participants, sauf pour Pierre que nous avons rencontré une troisième fois, puisqu'il restait plusieurs dimensions à investir après la fin du second entretien. Ils duraient entre une heure et demie et deux heures, chaque fois. Par la suite, nous avons repris contact par courriel avec les participants afin d'obtenir certains détails. Tous les entretiens ont été enregistrés sur bande audio et, par la suite, transcrits intégralement.

3.3.2 L'entretien semi-directif

Mentionnons d'entrée de jeu que, bien que notre collecte de données ne se fasse pas à l'aide de la méthode phénoménologique, rien ne nous empêche d'y emprunter quelques postulats, principalement en ce qui concerne l'attitude ou la posture épistémologique à adopter lors de cette

étape. Ainsi, il importe beaucoup, dès le début, de mettre entre parenthèses tous nos jugements, nos préjugés, nos catégories interprétatives sur le phénomène étudié, et de nous dissocier de notre attitude naturelle face aux choses afin d'être ouvert et réceptif à la façon dont le monde, ou le phénomène, se donne réellement dans la situation concrète où nous le rencontrons. Il s'agit, en phénoménologie, de « l'épochè ». Donc, à la fois une connaissance de nos prénotions et une attitude empathique sont essentielles. Cela consiste à tenter de tourner entièrement le regard vers l'interlocuteur, à s'ouvrir à son altérité, afin de voir, penser, et comprendre autrement le phénomène à l'étude ou, à tout le moins, en regard de l'entendement produit au préalable, puisque « comprendre, c'est perdre un peu de soi pour gagner un peu de l'autre, accueillir l'inconnu pour se dégager du connu » (Paillé et Mucchielli, 2003, p.88).

Ceci étant dit, la technique de collecte de données que nous avons choisie pour notre recherche est l'entretien semi-directif, qui se marie particulièrement bien avec notre objectif puisqu'il permet à la subjectivité des acteurs (leurs descriptions, points de vue, analyses ou ressentis) d'émerger, ceux-ci pouvant parcourir à leur guise les questions ouvertes qui leur sont posées (Mucchielli, 2009, p.206). Ces questions, constituant notre *Guide d'entretien* (cf. Appendice C), ont été construites à partir des lectures préalables et des dimensions identifiées dans la problématique et le cadre conceptuel, mais n'ont aucunement empêché l'apparition d'éléments nouveaux ou imprévus pouvant être apportés par les personnes interviewées (Mongeau, 2008, p.97); il s'agit simplement d'une liste de vérification nous permettant de nous assurer que les dimensions à l'étude ont été couvertes. Ce *Guide* auquel nous nous sommes référée ne s'apparente donc pas à un questionnaire mais plutôt à une trame orientant les rencontres, un cadre organisé et lâche à la fois reprenant les questions que le chercheur se pose sur son objet d'étude, son mode de fonctionnement et ses contextes d'action (Bertaux, 2006, p.60). En plus de ce guide d'entretien, il nous a semblé important d'avoir recours à un *Journal de bord*, c'est-à-dire un document dans lequel le chercheur note des informations « à propos de lui-même, ses pensées, ses réflexions, ses réactions, la qualité des rapports lors de ses premiers contacts avec le/les sites de recherche ainsi qu'avec les personnes impliquées » (Savoie-Zajc dans Mucchielli, 2009, p.218) afin qu'il puisse, lors de la rédaction de son rapport de recherche, y retrouver le contexte, « l'atmosphère, les réflexions que cette compréhension grandissante du site ont pu créer chez lui [...] et établir des descriptions riches des environnements de l'intérieur desquels ses données proviennent » (Savoie-Zajc dans Mucchielli, 2009, p.218).

Ainsi, le début de l'entretien a été lancé par une question ouverte et large, la même pour tous, en guise de fil conducteur pour la suite. Notre rôle de chercheur consistait à partir de ce moment à « inviter le narrateur à prendre confiance en lui-même et en son interlocuteur » (Raybaut dans Mucchielli, 2009, p.364) afin qu'il nous parle librement de son expérience et ce, selon sa propre logique. Pour l'encourager à continuer et tel que suggéré par Luce Des Aulniers dans son *Petit guide de choses à éviter et à privilégier dans le terrain en général et dans les formulations de questions*²⁹, il s'agissait de manifester de l'intérêt pour ses propos, de faire preuve d'empathie mais en évitant l'interruption et en s'abstenant de toute intervention trop directive qui impose une structure (manière de percevoir, valeur, but) à son discours. Bref, notre tâche revenait à nous laisser guider par le flux de l'entretien (Fortin, 2006, p.305), à intervenir non pas sur le fond, mais sur l'organisation du contenu de ce qui nous était dit, à soutenir notre interlocuteur dans sa réflexion, et à partir de ses propres hypothèses et dans le sens où lui-même les dirigeait (Pagès cité dans Mucchielli, 2009, p.206-207)^{30 31}. L'utilisation de techniques non verbales d'appel à l'expression était dans ce contexte possible et souhaitée – tels les silences attentifs, les encouragements sans phrases, les mimiques et regards approbateurs – pour témoigner au narrateur notre compréhension de ses propos et lui assurer qu'il est le centre de l'entretien (Mucchielli, 2009, p.206-207). Également, les questions de relance et les demandes de répétition ou de précision nous ont permis non seulement d'obtenir davantage d'explications ou de descriptions, mais aussi de réorienter le narrateur s'il s'éloignait trop de notre objet d'étude. Enfin, nous avons fait usage de reformulations. Celles-ci certifient au narrateur qu'il est compris, mais encore « permettent la compréhension authentique, par le chercheur, de ce qu'il veut dire ou de son univers vécu » (Roger et Kingner cités dans Mucchielli, 2009, p.207).

Enfin, il revient au chercheur de commencer, déjà au fil du discours, à analyser et synthétiser les propos de son interlocuteur afin de s'assurer de couvrir toutes ses dimensions de recherche ou en introduire de nouvelles si le besoin se fait sentir, et ce, idéalement jusqu'au point de saturation. La

²⁹ Ce document a été conçu par Luce Des Aulniers dans le cadre du cours *identité et altérité en terrains*, hiver 2009.

³⁰ À ce propos, vu le grand nombre de dimensions que nous désirions investir, il se peut que l'entretien fût, par moments, « aux trois quarts directif ». De la sorte, toutes les dimensions ont été couvertes, mais peut-être au détriment de certaines variations des collaborateurs.

³¹ En raison de la liberté d'expression accordée aux collaborateurs, les questions sur les mêmes dimensions n'ont pas été posées dans le même ordre pour chacun.

saturation désigne « le moment lors duquel le chercheur réalise que l'ajout de données nouvelles dans sa recherche n'occasionne pas une meilleure compréhension du phénomène étudié », ce qui signifie qu'il peut mettre fin à la collecte de données et à leur analyse si ces deux étapes sont simultanées (Savoie-Zajc dans Mucchielli, 2009, p.369). Puisque nous avons préalablement informé nos interlocuteurs du nombre de rencontres auquel ils devaient participer et que le temps ne permettait pas l'ajout de nouveaux informateurs, il n'a pas été question de saturation dans notre cas. Nous avons plutôt privilégié les critères de validation scientifiques de la validité et de la fiabilité (nous y reviendrons au point 3.4 de ce chapitre).

3.3.3 L'analyse-interprétation des récits

Analyser, en recherche qualitative, revient à « faire parler les données » (Mongeau, 2008, p.83), par « une démarche discursive et signifiante de reformulation, d'explication ou de théorisation d'un témoignage, d'une expérience ou d'un phénomène » (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.333), qui a pour but la découverte et/ou la construction de sens. De la sorte, la reformulation de l'expérience des participants se doit d'être la plus authentique possible puisqu'on souhaite faire comprendre leur point de vue, fournir une représentation la plus proche possible de ce qui se passe réellement au sein de l'objet social étudié. Pour ce faire, l'analyse, en recherche qualitative, débute idéalement au même moment que la collecte des données et s'effectue de façon itérative, ne parvenant que progressivement, par un jeu d'approximations successives, à la conceptualisation affinée de l'objet. Un processus de va-et-vient entre terrain, analyse et comparaison des récits s'établit alors, les entrevues ou les séances d'observation étant immédiatement suivies de périodes d'analyse et de comparaison donnant lieu à des questions qui engendrent, de retour sur le terrain, des entrevues et/ou des observations mieux ciblées, celles-ci permettant d'élaborer plus en profondeur la théorisation en construction (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.340). Le *Guide d'entretien* est ainsi en constante évolution et les choix inhérents au terrain (des sites, des participants, le nombre et la durée des entretiens et/ou des observations) dépendent de l'avancement de la théorisation. Autrement dit, en recherche qualitative, l'analyse s'apparente tout autant à un processus de questionnement continu des données qu'à un moyen d'en retirer des constats. Concrètement, donc, pour satisfaire la comparaison continue entre la théorisation et la réalité empirique, après chaque entretien, nous écoutons et retranscrivons, dans les grandes lignes, les propos du

collaborateur avec lequel nous venions de nous entretenir afin d'orienter les rencontres futures et nous assurer d'avoir couvert l'ensemble de nos dimensions, tout en en laissant émerger de nouvelles, si le cas se présentait.

3.3.3.1 L'analyse par théorisation ancrée

La méthode que nous avons privilégiée pour traiter les données issues du terrain correspond à la théorisation ancrée. Celle-ci n'est autre qu'une traduction et une adaptation de la *grounded theory*, approche inductive pensée en 1967 par les sociologues américains Barney Glaser et Anselm Strauss (Paillé, 1994, p.148). L'objectif, avec cette méthode, consiste en la « construction de théories empiriquement fondées à partir de phénomènes sociaux à propos desquels peu d'analyses ont été articulées » (Laperrière, 1997, p.310), ce qui s'applique particulièrement bien au phénomène que nous étudions, la routine, puisque, justement, peu de recherches lui ont été consacrées dans la perspective dans laquelle nous la traitons, son importance dans l'existence de jeunes adultes étudiants ayant quitté le domicile parental et la représentation qu'ils s'en font. Plus précisément, mentionnons que par construire une théorie, nous entendons tenter de dégager le sens du phénomène étudié ou s'efforcer d'en donner une nouvelle interprétation plausible (Paillé, 1994, p.149). Nous ne prétendons en aucun cas à l'élaboration d'une théorie très vaste et articulée avec ses précédentes mais visons plutôt une structuration cohérente de constats et de propositions en lien avec notre question de recherche. D'ailleurs, nous nous accordons avec Pierre Paillé, professeur à la faculté d'éducation de l'Université de Sherbrooke, selon qui « théoriser, ce n'est [...] pas uniquement, à strictement parler, produire une théorie, c'est, déjà, amener des phénomènes à une compréhension nouvelle, insérer des événements dans des contextes explicatifs [...] » (Mucchielli, 2009, p.339).

Ainsi, Paillé relève six grandes étapes marquant l'évolution d'une analyse par théorisation ancrée, précisant que celles-ci ne sont pas linéaires, l'ampleur comme la durée de chacune d'entre elles pouvant varier en cours de recherche. Les six étapes de l'analyse sont les suivantes : 1) codification; 2) catégorisation; 3) mise en relation; 4) intégration; 5) modélisation; 6) théorisation. La réalisation de l'ensemble de ces opérations ne constitue jamais, selon Paillé, une œuvre achevée mais permet toutefois la saisie de la complexité des situations (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.347).

Alors, de façon à « faire parler » nos données, nous avons repris les étapes de théorisation ancrée suggérées par Paillé. Avant tout, nous avons lu attentivement les neuf verbatims des récits de nos quatre informateurs afin de nous replonger dans la logique propre de chacun d'entre eux. Puis, nous avons procédé à la *codification*, qui consiste à étiqueter, à l'aide de mots et de caractérisations, les données ressorties des entrevues, à se livrer à un examen attentif et à une reformulation authentique de la réalité vécue et manifestée ou exprimée » pour dégager l'essentiel du témoignage (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.341-343). Nous nous permettons d'introduire ici une spécification à propos de la mise en œuvre de cette codification et de ses suites : nous avons repris la liste de dimensions préalables du *Guide d'entretien* (cf. Appendice C) en y référant, dans la marge des verbatims, par le code spécifique du thème concerné lorsqu'un paragraphe, partie de paragraphe ou énoncé lui correspondait, tout en laissant place à la possibilité qu'un certain nombre d'autres émergent en cours d'analyse. Cette première codification a été validée par notre directrice de recherche pour un entretien et son examen a permis de dégager des sous-dimensions et de les intégrer aux dimensions existantes. Par ailleurs, en ce qui nous concerne, bien qu'aucune dimension autonome n'ait émergé des entretiens – il est même arrivé que des collaborateurs répondent à des dimensions avant qu'ils ne soient interrogés à son propos –, les entretiens ont néanmoins permis d'approfondir, de préciser les dimensions du *Guide*, d'en prioriser certaines par rapport à d'autres. Nous avons en finale réorganisé le tout et hiérarchisé dimensions et sous-dimensions. Du coup, nous avons replacé les extraits pertinents et ce, afin de préparer la disposition des portraits et récits de nos collaborateurs.

Pendant la codification, nous avons déjà commencé, intuitivement, à noter des constats individuels. Une fois la codification terminée pour les neuf verbatims, nous avons relevé tous les énoncés (ou blocs d'énoncés) correspondant à chaque dimension du *Guide d'entretien* et nous les avons copiés sous la dimension correspondante dans un nouveau document, et ce, pour chaque participant, ce qui nous a permis, déjà, d'avoir un aperçu des convergences et des divergences entre les récits des différents informateurs.

Pour arriver à l'étape suivante, la *catégorisation*, qui consiste à relever les aspects les plus importants du phénomène étudié (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.343-344), nous avons réduit le nombre de thèmes présents sous chaque dimension dans notre nouveau document, en fusionnant certains et en raffinant d'autres sans en forcer le sens, le tout pour éviter les redondances et l'excès de

contenu. Les thèmes ainsi réorganisés et requalifiés par un mot ou une expression plus riches et relativement abstraits ont ainsi donné naissance à des catégories, véritables points de départ de la théorisation. Après cette opération, nous nous sommes consacrée plus longuement au contenu de chaque récit afin d'en faire ressortir les constats individuels et les traits dominants. Le résultat de ce travail, qui constitue un premier niveau d'analyse, est présenté au chapitre IV sous forme de rédaction de quatre portraits-récits individuels (un pour chaque informateur) afin de permettre au lecteur de saisir les particularités et la complexité de chaque expérience selon le point de vue et l'interprétation propres à chacun des quatre jeunes adultes.

Enfin, les opérations suivantes, soit la *mise en relation*, l'*intégration* et la *modélisation* constituent la *métanalyse*, présentée au chapitre V. La *métanalyse* consiste en un croisement des catégories des quatre récits du chapitre IV avec les concepts exploratoires des chapitres I et II. Il s'agit d'une analyse transversale mettant en lumière les constats majeurs du terrain en les plaçant sous la loupe théorique et en faisant émerger des aspects complémentaires. Pour procéder à cette *métanalyse*, nous avons, dans un premier temps, rassemblé dans un nouveau document A, sous chaque catégorie issue du premier niveau d'analyse, tous les constats individuels se rapportant à cette catégorie, afin d'en repérer les convergences. À ce niveau, nous avons retenu ce qui était commun à tous les participants ou, dans le cas contraire, ce qui était particulièrement éloquent en regard de notre question de recherche. Dans un deuxième temps, nous avons procédé, dans un autre document B, à un regroupement des catégories issues du premier niveau d'analyse après avoir découvert un lien certain entre plusieurs d'entre elles, ce qui nous a permis de dégager les différents constats de notre recherche : c'est la *mise en relation* (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.344-346). Ensuite, lors de l'*intégration*, les éléments principaux du phénomène étudié étant ressortis des opérations précédentes doivent être mis en lien avec la question de recherche initiale (et nous nous permettons de rajouter avec les concepts exploratoires préalables au terrain) « afin de cerner l'objet définitif du rapport [du mémoire] ou de la thèse » (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.346). Pour ce faire, nous avons relu nos chapitres théoriques et, dans notre document B, avons noté, en dessous des constats issus des regroupements des catégories, les concepts préalables au terrain pouvant donner lieu à des croisements intéressants avec ces constats issus du terrain. Enfin, nous ne nous sommes livrée que partiellement à la *modélisation*, qui consiste à « dégager l'organisation des relations structurelles et fonctionnelles caractérisant le phénomène principal cerné au terme de l'opération d'intégration » en y apportant des éléments nouveaux comme ses propriétés, ses antécédents ou encore ses

conséquences (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.346-347). En effet, nous avons discuté, pour chaque constat ou croisement avec la théorie, de nuances ou de pistes nouvelles, mais n'en avons pas fait un modèle puisque l'orientation de notre questionnement de départ n'a pas été modifiée.

Pour terminer, mentionnons que nous ne nous sommes pas consacrée à la dernière opération de théorisation ancrée, la *théorisation*, Paillé lui-même mentionnant que celle-ci ne constitue de toute façon pas une opération en tant que telle mais une consolidation des résultats issus des étapes précédentes (Paillé dans Mucchielli, 2009, p.347).

Ce travail de regroupement, de dégagement et de croisement accompli, nous avons procédé à la rédaction des principaux constats de notre recherche.

3.4 Éthique de la recherche et critères de scientificité

Mener une recherche avec des personnes implique de suivre un code d'éthique qui assure leur respect et leur sécurité. Celui-ci correspond à des « valeurs et des principes d'actions qui vont guider le chercheur » et s'apparente au respect et au bienfait de la personne, au consentement éclairé, à l'évaluation des avantages et des risques pour les participants, au choix juste et éclairé des participants et à la confidentialité des données recueillies (Savoie-Zajc dans Mucchielli, 2009, p.131). Ainsi, avant de s'engager dans notre recherche par la signature du formulaire de consentement (cf Appendice D), tous les participants ont pris connaissance des avantages que cet engagement leur procurerait, notamment leur contribution à l'avancement des connaissances, ainsi que des inconforts possibles qu'il pourrait déclencher, minimes toutefois et reliés au souvenir désagréable d'une expérience mal vécue. Également, il leur a été assuré, dans ce formulaire, que les données recueillies par le biais des entretiens seraient confidentielles (gardées sous clé au domicile de la chercheure) et leur anonymat assuré par l'utilisation, dans le présent mémoire, de pseudonymes. Enfin, tous les collaborateurs ont été informés du caractère volontaire de leur participation et de leur droit d'y mettre fin en tout temps durant la recherche. Différentes formes de soutien leur ont aussi été suggérées, en cas de besoin.

Mentionnons également que les principes d'actions énumérés et expliqués dans le formulaire de consentement s'apparentent aux normes d'éthique et de déontologie de l'Université du Québec à Montréal (UQÀM, 2012, en ligne). Avant la réalisation de notre enquête de terrain, nous avons pris connaissance de ces normes et en avons prouvé la conformité au Comité institutionnel d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université du Québec à Montréal, qui nous a remis un certificat (cf. Appendice E). Les normes d'éthique et de déontologie de l'Université du Québec à Montréal sont : 1) Le respect de la personne; 2) La recherche du bien pour autrui et la non-malfaisance; 3) L'équité; 4) Le choix réfléchi du sujet de l'étude; 5) L'évaluation et la réduction des risques par rapport aux avantages anticipés; 6) Le consentement libre et éclairé des participants (incluant une description de ce que l'on attend du participant; le nombre, le lieu et la durée des entrevues; la participation volontaire de la personne); 7) Le droit de retrait et soutien; 8) Le droit à la protection de la vie privée (anonymat et confidentialité dans le traitement et la diffusion des résultats).

D'autre part, pour qu'une recherche soit valide, le respect de critères scientifiques de validation s'impose. Ainsi, lorsqu'elle est appliquée à l'activité de recherche, la validation « réfère à la préoccupation du chercheur de produire des résultats qui ont une valeur dans la mesure où ils contribuent de façon significative à mieux comprendre une réalité, un phénomène étudié » (Savoie-Zajc dans Mucchielli, 2009, p.463). Nous avons privilégié la validité et la fiabilité. Selon Des Aulniers, la validité renvoie à « comprendre ce que vivent réellement les participants » et de le refléter tant dans l'entretien, que dans l'analyse ou la théorisation (1993, p.128). Ainsi, elle tient dans la préparation du terrain (par l'établissement des critères de participation, l'attention aux biais de sélection des participants, et la traduction opérationnelle des concepts [dimensions répertoriées dans le Guide d'entretien, en ce qui nous concerne]), dans la collecte des données (par la connaissance des objectifs de la recherche et des précautions déontologiques par les participants ainsi que par l'enregistrement sonore et la transcription intégrale de l'entretien), et dans l'analyse (par la codification croisée des verbatims – par la chercheuse et sa directrice –, l'itération des constats et le dégagement des catégories, et les mises en lien à plusieurs niveaux des significations induites, entre elles et avec la littérature de départ de la recherche). Pour ce qui est de la fiabilité, elle s'apparente aux actions posées par le chercheur afin d'éviter au maximum qu'un biais interprétatif se glisse dans la recherche, de sorte que celle-ci en ressorte semblable même si menée par un autre chercheur (Des Aulniers, 1993, p.123). Elle, aussi, s'actualise dans les mêmes étapes que la validité :

dans la préparation du terrain (par les discussions et la conscience de la chercheuse de ses prénotions), dans la collecte des données (par l'interrogation des collaborateurs sur les mêmes dimensions – même si elles ne se fait pas selon la même séquence –, l'attention aux différents modes d'expression des collaborateurs, et la tenue d'un journal de bord), et dans l'analyse (par la double-codification des verbatims, le fait de considérer plus d'un indice pour le dégagement de constats sous forme d'hypothèses, et les entretiens multiples pour chaque participant, permettant de vérifier la justesse de l'entendement au fil des fois). Nous en constaterons ainsi le résultat dans les pages qui suivent.

CHAPITRE IV

ANALYSE DES ENTREVUES RÉALISÉES EN TERRAIN

La présentation des portraits-récits suit la logique suivante : le récit de chaque participant s'est vu attribuer un titre selon le thème dominant ayant émergé des propos de ce dernier; la structuration du texte, quant à elle, relève d'un dégagement de catégories qui découle d'une première analyse des entretiens. Elle s'opère selon cinq grands ensembles : 1) Portrait; 2) Première définition de la routine; 3) Routines vécues; 4) Avis sur routine et temps; 5) Projets à long terme. Ces nouveaux thèmes couvrent le contenu imparti sous la première codification, avec les nuances qui se sont imposées d'elles-mêmes dans le discours. Abordons, dès lors, la présentation de ces récits.

PIERRE

4.1 Pierre : engagement social et routines inconscientes**4.1.1 Portrait**

Pierre, 23 ans, est étudiant au baccalauréat en histoire, à l'UQÀM, depuis l'hiver 2010, et s'implique dans le comité de son programme. Il aime ses études : « Être étudiant fait partie intégrante de moi ». Avant d'étudier à l'UQÀM, il a profité d'une année sabbatique pour se former en massothérapie, ce qui l'a amené à travailler actuellement à temps partiel à titre de massothérapeute. « En tant que prolétaire, il faut faire de l'argent pour payer nos études, notre loyer, notre bouffe et tout et tout ». Il admet qu'il s'agisse d'un emploi « vraiment génial, comparé à un job de commis ».

Pierre a un frère et une sœur. Tous trois habitaient à Chambly, en Montérégie, avec leurs parents jusqu'à ce que ces derniers divorcent. Pierre a ensuite vécu chez sa mère et chez son père, et principalement chez ce dernier les dernières années. Pierre a quitté le foyer paternel en août 2008 – il avait alors 21 ans – ayant « une certaine hâte d'avoir mon autonomie », et parce que, même si la relation qu'il entretenait avec son père en était une de colocation, « en famille, on se tient moins qu'en colocation, [tandis qu'] en colocation, on respecte plus l'autre, [peut-être] parce qu'il paie une part de loyer ». Ensuite, il a d'abord habité avec sa copine, dans un bloc-appartements appartenant à la mère de celle-ci et situé dans le quartier Villeray, à Montréal. À l'été 2009, suite à leur séparation, il a emménagé avec trois colocataires, deux filles et un garçon, dans un appartement dans le quartier Hochelaga-Maisonneuve, qu'il apprécie parce qu'il représente pour lui un microcosme de la société. « On est vraiment entourés de tous les problèmes sociaux, [ce qui me permet de] facilement développer une pensée sociale là-dessus ». L'appartement en tant que tel ne lui plaît pas beaucoup en raison du manque d'espace et de ce qu'il estime être une disproportion des responsabilités reliées à l'entretien entre ses colocataires et lui, ce qui l'amène à le percevoir comme une zone intermédiaire entre l'appartement qu'il partageait auparavant avec sa copine, et le prochain, où il aura déménagé avec un ami à l'été 2010, toujours dans le quartier Hochelaga-Maisonneuve. Il pense également se sentir plus confortable dans son prochain logement puisqu'il l'aura choisi. « Ici, je l'ai choisi malgré moi [...], ça fait toute la différence ».

De tout le processus de la décohabitation, Pierre a retiré « beaucoup d'expérience » dont il espère faire profiter ses enfants. Avoir quitté le foyer parental n'a pas engendré « de grands changements » dans sa vie car, déjà autonome, il n'a pas « ressenti de choc en soi ». Il se sent ainsi « encore en développement » de lui-même et qualifie son style de vie d'« aléatoire, [...] toujours en questionnement. [...] Cette sérénité en moi n'est pas encore présente ou n'est pas atteinte ou n'est pas encore très bien définie non plus ». Il se considère politiquement de gauche et souverainiste, et se décrit comme quelqu'un de « très ouvert » qui laisse les choses aller et la vie venir à lui, « relax, mais [qui] aime aussi bouger beaucoup ». Il se dit « *friendly* », aime recevoir et ne prête pas trop d'attention à la dépense. « L'important, c'est avoir du plaisir ».

Participation aux entretiens

Le discours de Pierre est très dense et on remarque un certain désir d'exhaustivité. Rapidement à l'aise, il s'exprime avec faconde et semble avoir réfléchi longuement au fonctionnement de notre société, singulièrement à l'endroit des membres moins fortunés. Il tente de faire des liens à travers ses diverses réponses en passant d'un sujet à l'autre rapidement et, à plusieurs reprises, constate l'émergence d'éléments dont il n'était pas conscient.

4.1.2 Première définition de la routine

Lorsqu'on évoque la routine, Pierre pense « aux relations de couple ». Il la définit, en premier lieu, comme « un rythme régulier, à chaque jour, qui se répète, qui s'échelonne sur une semaine, qui recommence la semaine d'après, [...] peu importe l'activité, assez *short and sweet* ». Cette définition couvrirait donc, dans sa vie, « le travail et les études, pour le moment », et il trouverait intéressant d'y inclure le sport. Cela dit, il n'associe pas les tâches ménagères à de la routine, du moins pour le moment, et, de façon plus générale, aborde la routine à plusieurs reprises dans son discours sans s'en apercevoir ou sans en attribuer les éléments à de la routine.

4.1.3 Routines vécues

4.1.3.1 Routines collectives : bienveillance et progressisme affichés, conservatisme implicite

Selon Pierre, la majorité de la société vit dans une routine. « Le matin, le soir, la télé, les nouvelles à six heures, [...] le cinéma ouvre à midi ». En outre, il estime les Québécois « ouverts envers les autres cultures, chaleureux et agréables à vivre », ainsi que « très sympathiques ». Il juge la charité encore assez présente, est « surpris de voir comment les gens peuvent s'entraider quand même sans savoir qui aide qui, [et se sent heureux de] constater que les gens donnent de l'argent à des gens dans la rue ». Il considère qu'au Québec, « on est quand même gâtés côté petits journaux [de gauche qui prônent plus la vie humaine et moins l'économie], côté petits cafés] [...] de plus en plus verts » mais s'étonne parfois de la position politique de certaines personnes : « Je trouve que les gens sont beaucoup plus à droite que je l'aurais cru, beaucoup plus conservateurs dans un sens ».

4.1.3.2 Routines organisationnelles : une structure hebdomadaire articulée entre les études, le travail et les loisirs

À un niveau plus personnel, les études et le travail confèrent à la vie de Pierre une structure assez routinière. « L'école m'a instauré une rigidité dans le temps, une routine assez forte à partir du primaire ». Pour ce qui est de son emploi, même avec un nouveau client à chaque séance, la massothérapie exige en soi des gestes de routine. Il organise donc son horaire autour de ces deux sphères de sa vie. C'est d'ailleurs un écart entre ses routines (alors associées à l'école) et celles de son père qui l'ont, entre autres, incité à quitter le foyer parental.

Mon père soupaît relativement tard. [...] Sauf que moi, quand j'arrivais du cégep à cinq, six heures, j'avais faim donc je [grignotais] et je commençais mes études [vers six, sept heures], donc ça ne me faisait même pas une ou deux heures d'études et le souper était prêt, donc là tu manges vers sept, huit heures, [...] donc là tu arrives à huit, neuf heures et ça me coupait mes études, ça m'attaquait ma soirée.

Plus précisément, ses routines organisationnelles sont hebdomadaires. Ainsi, dans ses dernières années passées au foyer parental, Pierre se rendait à l'école du lundi au vendredi, et la fin de

semaine, il travaillait. À l'hiver 2010 (après sa décohabitation), son emploi du temps se divise entre présence à l'université, réalisations associées aux cours, loisirs et emploi de massothérapeute.

Ainsi, les lundis et jeudis, ses cours commencent à 9h30 et finissent, selon la journée, à 17h30 ou 21h30. « Quand je vais à l'école, je me lève – il se dit à la fois lève-tôt et couche-tard –, je prends ma douche, [...] je me fais un *lunch*, puis je m'en vais tranquillement ». Comme il a congé les mardis et mercredis, équivalents à sa fin de semaine, il essaie de « profiter » de son lundi soir, « sa soirée », en se consacrant à des activités de loisirs. Le jeudi soir, il admet être « plus fatigué [...] [et revenir] tranquillement à la maison », ce qui ne l'empêche pas, de temps en temps « d'aller prendre un verre ». Le vendredi est « aléatoire », puisqu'il ignore jusqu'à la veille s'il travaille ou pas. Ses deux principales journées consacrées en principe aux études personnelles (mardis et mercredis) s'amorcent après plusieurs tâches matinales, entrecoupées de pauses pendant lesquelles Pierre se plaît à écouter la radio ou planifie ses loisirs ultérieurs.

Aujourd'hui³², je n'ai pas mis de cadran, [...] je me suis réveillé vers huit heures et demie. J'ai pris ça relax, [...] j'ai été prendre ma douche, [...] j'ai poireauté sur Internet un peu, [...] je me suis peut-être laissé emporter par la radio, après ça j'ai commencé mes études. [...] Ensuite, j'ai mangé, [...] et j'ai recommencé un peu mes études. [...] J'ai pris une pause, je voulais aller au cinéma, j'ai *texté* mon ami pour voir s'il voulait y aller, [...] et je suis allé acheter les billets. [...] Ça, c'est la journée officielle de mardi, mercredi, ça se ressemble pas mal un peu.

Comme il s'agit de journées libres, ses activités « peuvent varier ». Par ailleurs, il est également sur appel pour son emploi, les mardis et mercredis, ce qui lui convient financièrement. « Les mardis, c'est rare que [mon patron] appelle, les mercredis, ça peut arriver ». Enfin, les samedis et dimanches, Pierre travaille.

J'ai mon dimanche fixe, [...] on commence à onze heures, on finit à neuf heures au max. [...] Le samedi, si je sais que je commence à cinq heures, je reste à la maison jusqu'à cinq heures, à moins que j'aie un appel. Et à cinq heures, je vais travailler, jusqu'à huit heures, neuf heures. [...] Dans une fin de semaine, je peux faire dix heures de travail, [...] [mais] j'essaie de me limiter, je ne dépasse jamais les dix heures.

³² L'entrevue se déroulait un mardi.

Pierre a recours à un agenda pour planifier ses activités, incluant les heures de travail et les travaux scolaires. « Je suis quelqu'un qui oublie vite, donc il faut que je me laisse des notes sinon je peux oublier mon temps de qualité [cf. ci-bas] ». Une routine en permet ainsi une autre.

4.1.3.3 Routines occupationnelles : un besoin à la fois d'activités collectives et de temps pour soi

Également, certaines occupations, plus précisément certains loisirs s'apparentent à des activités routinières et se déclinent selon deux désirs : socialisation et temps pour lui-même. Ainsi, en ce qui concerne les activités auxquelles Pierre se consacre « avec des gens », il passe volontiers des soirées avec des membres de sa famille. « Les fins de semaine, à huit heures, je vais aller souper chez mon père ou chez mon oncle; [...] c'est quelques heures gratifiantes, agréables ». Il organise également des soirées d'échecs avec des amis et n'hésite pas à sillonner régulièrement le Québec pour visiter des amis – « à Sherbrooke, [...] et en Lanaudière ». Par ailleurs, pour être avec lui-même, Pierre visionne des films, dans sa chambre ou au cinéma, se plaît à prendre des photos « de tout et de rien », et pratique différents sports. Enfin, pour exprimer son désir d'harmonie, il aime beaucoup la guitare basse « parce que c'est nouveau [récemment achetée] et que je m'amuse beaucoup avec ».

4.1.3.4 Routines liées à la reproduction de la vie³³ : un plaisir suspendu à vite retrouver

Par ailleurs, Pierre se soumet à des routines nécessaires à la perpétuation de la vie quotidienne. Déjà, au foyer parental, il se pliait aux routines de ce type instaurées par ses parents, qui aidaient ces derniers à « bien gérer. Il fallait qu'on aille à l'école, [...] tous les déjeuners, les dîners, les dodos, les devoirs, [...] les camps de jour, comme dans toutes les familles régulières qui ont des enfants avec un boulot et qui vont à l'école ». C'est d'ailleurs au foyer parental, lorsqu'il était plus jeune, que Pierre a pris goût à l'effectuation des tâches ménagères, trouvant cette tâche « stimulante et le fun ». Il n'y avait « pas de règles établies en soi, [...] [sinon] se ramasser [...]; quand tu sors ta vaisselle et tu la salis, tu la ranges, [avec] évidemment, le fameux lit à faire ». Sa mère avait également confectionné une liste sur laquelle il suffisait de cocher ou d'apposer un autocollant lorsque « tel ménage » était

³³ La reproduction de la vie concerne les gestes de la vie quotidienne destinés à en assurer la perpétuation, comme les actes de manger et d'entretenir son habitat.

fait. Aujourd'hui, Pierre ne se considère pas maniaque, mais il effectue régulièrement le ménage. « Je trouve que c'est du temps bien investi [...] dans la qualité de vie ». Dans sa chambre, « ça se fait assez rapidement et ça ne bouge pas trop ». En revanche, il qualifie les espaces communs, où il a moins d'autorité, de « *free for all* » parce que ses colocataires, ne semblant pas avoir de routine, « ne se ramassent jamais ». Dès lors, Pierre, saturé, se résigne à nettoyer seul – « quand tu te tannes, tu fais du ménage » –, en remplissant le lave-vaisselle ou en passant l'aspirateur lorsqu' « il y a trop de roches dans l'entrée ». Hormis l'approvisionnement commun en produits d'entretien – papier hygiénique ou détergent à lave-vaisselle –, il n'existe pas de règles établies ou de fréquence décidée pour s'adonner à ces tâches, « c'est complètement aléatoire », ce que Pierre déplore et qui constitue, cette fois-ci, un choc entre sa routine et celle de ses colocataires. « Le ménage que je fais une fois par mois maximum suffit à mes colocs pour ne pas qu'ils le fassent ».

Pierre aime également cuisiner. Au foyer parental, il bénéficiait d'un généreux équipement – de « stock » – de cuisine, ce qui l'amenait souvent à cuisiner avec son père. Depuis son déménagement, il considère en avoir moins eu « l'opportunité », puisque sa copine s'y consacrait davantage et parce que, actuellement, « l'espace très restreint dans sa cuisine » ainsi que le laisser-aller de ses colocataires ne le lui permettent pas. Lorsque, toutefois, il a l'occasion de faire la cuisine, il improvise les recettes qu'il considère faciles, comme « les crêpes, les pâtés chinois », mais admet « se sentir plus en sécurité avec une recette » pour des plats jugés plus compliqués, comme « les gigots d'agneau ». Finalement, ne se décrivant pas comme « un grand cuisinier », il se rend chez son père lorsqu'il a « envie de manger un bon repas. On va au magasin, on va acheter puis on fait la cuisine à deux, c'est super le fun ». Dans son appartement, il n'existe pas de réglementation en ce qui concerne l'approvisionnement alimentaire, la préparation ou l'ingestion des repas. « C'est pas mal du chacun pour soi, [...] les *medleys*, c'est occasionnel ». Il admet se retrancher souvent dans sa chambre : « Au déjeuner, je suis plus souvent allé dans ma chambre pour écouter la radio [...] [et] ça ne me manque pas de ne pas manger avec eux tout le temps. [...] C'est plus intéressant si on est tous en famille, manger en même temps, je trouve ça essentiel ». Enfin, Pierre ne cache pas sa hâte de déménager de nouveau pour « faire plus de bouffe, [...] avoir mon sac de patates, mon sac de farine, mes [propres] affaires ».

4.1.3.5 Routines liées à l'hygiène mentale³⁴ : se retrouver par l'espace personnel

Pour préserver sa santé psychique, Pierre pratique la méditation, découverte grâce à la massothérapie. Toutefois, il semble que ce soit les routines liées à l'espace et à son évocation, en général, qui lui permettent de se retrouver paisiblement avec lui-même. Ainsi, de temps en temps, Pierre se rend à Chambly pour revoir sa maison familiale. Il qualifie ces sorties de « nostalgiques ; [...] retourner à Chambly dans ma ville natale, c'est intéressant parce que c'est une ville que j'ai découverte par moi-même. [...] Tu as été au primaire là, les premières relations sociales, tous tes amis, toutes tes connaissances ». Il aime beaucoup également la maison acquise par sa mère il y a quelques années à Saint-Nicolas : « C'est super chaleureux, [...] elle a un poêle à bois, [...] elle est très bonne pour la décoration, il y a des couleurs chaleureuses, [...] on s'y sent bien, on se sent réconforté ».

Par ailleurs, ses actions sur l'espace constituent un moyen de marquer sa présence dans un domicile où chacun semble laissé à lui-même. « Il fallait que je me fasse un espace parce que mes colocataires ne m'en ont pas réellement fait. Donc, [...] je me suis fait une tablette dans la cuisine ». Il a également installé deux bibliothèques dans un passage commun, suscitant un désaccord parmi certains colocataires, et les a prises en charge. « Ça ne coûte pas trop cher et *ça améliore la qualité du bonheur* ».

Singulièrement, les routines associées à la chambre semblent revêtir pour Pierre une importance particulière, celles-ci étant d'autant plus investies que peu ailleurs dans l'appartement. « Les chambres de chacun sont bien délimitées, de façon explicite; [...] on a tous nos frontières, on ne rentre pas dans les chambres s'il n'y a personne évidemment, [...], c'est chacun nos territoires, c'est approprié ». Ainsi, la chambre procurerait un refuge à Pierre, à l'abri de ses colocataires envahissant l'espace commun, par exemple en s'accompagnant d'un « gros boucan d'enfer » lorsqu'ils rentrent à trois heures du matin ou en « promenant leur *laptop* avec leur musique partout dans l'appartement », l'imposant aux autres. La chambre représenterait, qui plus est, un espace dans lequel Pierre peut y construire un « nid » d'intimité et de confort lui servant de repère, et ce, tant au foyer parental – il regrette d'avoir prématurément quitté sa chambre d'adolescent, neuve et

³⁴ L'hygiène mentale renvoie à l'ensemble des mesures destinées à préserver la santé psychique d'une personne.

spacieuse, en raison du divorce de ses parents – que dans son second appartement. Là, même s'il se contente d'un confort minimal en raison de son départ prochain – lit constitué de matelas empruntés, bibliothèque et tablette trouvées dans la rue, cubes de lait recyclés en unités de rangement –, il s'agit de son espace préféré, dont il se sent artisan et propriétaire. « Je me sens bien parce que c'est moi qui ai fait ma pièce évidemment, [...] parce que toutes mes affaires sont là. [...] Ce sont mes objets, c'est moi qui les ai installés comme je voulais ». Reflet et marque personnelle – « c'est moi » –, être parmi ses « affaires personnelles » témoigne de sa propre existence, ce qui contribue à l'y faire sentir chez lui, condition pour y reproduire ses forces. « Le but, c'est de me sentir à l'aise pour bien dormir ». Sentiment d'aisance et libre-arbitre de propriété sont donc fortement reliés pour lui. De surcroît, le temps passé dans cette pièce en est un qu'il qualifie « de plus de qualité » puisqu'il s'agit d'un « milieu que j'apprécie plus. [...] C'est sûr que si j'ai à passer du temps, je vais peut-être en passer plus ici [qu'ailleurs] ». Dans cet ordre d'idées, il considère sa chambre comme un espace où il peut s'isoler lorsqu'un besoin de calme se fait sentir. « Être chez-soi, dans le sens que, quand tu veux du silence puis que tu es tout seul, quand tu es tout seul, tu as ton silence ». Il s'est d'ailleurs procuré un « super casque de construction pour couper le son ».

En termes d'aisance dans les pièces communes, Pierre trouve le salon « intéressant [...] quand c'est tranquille », il va y passer du temps « pour ne rien faire ou m'y asseoir pour faire mes lectures », dans son fauteuil satellite. Il considère aussi cet espace comme un « lieu commun », idéal pour « faire du social ». À l'inverse, il n'est pas adepte ni de la salle de bains – « c'est petit, vieillot, [il y a] de la moisissure au plafond [et] dans la douche à cause de l'humidité » – ni du sous-sol où « c'est toujours le bordel ».

Enfin, dans son prochain appartement, Pierre aimerait modeler l'espace et le rendre « plus adéquat pour mes besoins », notamment pour la massothérapie. « Dans le fond, ce qui me manque le plus, c'est vraiment l'espace massage ». Il prend également en compte ses loisirs dans l'organisation de l'espace de son prochain appartement, puisque lui et son colocataire auront un « espace musique ».

4.1.3.6 Routines liées aux moyens de communication : une utilisation non isolatrice

Pierre semble avoir développé des routines également en ce qui a trait aux moyens de communications. Ainsi, au foyer parental, il a « toujours eu un ordinateur » et était alors adepte du clavardage. « Quand on avait douze, treize ans, on *chattait*, c'était super le fun, on ne savait pas à qui on parlait ». Il y avait le câble et la télé chez son père, ce qui pouvait « nuire à ses études au sens où [il y avait du bruit], on accroche une télé, on passe d'une émission à l'autre [et on se rend compte qu'il est dix heures et qu'on n'a rien fait] », un autre choc de routines. Il n'avait pas de cellulaire et s'en trouvait « fier [...] et heureux, parce que [...] les gens devenaient de plus en plus dépendants du cellulaire ». Après son départ du foyer parental et depuis son retour à l'université, il a de plus en plus recours aux messages textes, ce qu'il apprécie, mis à part le fait que ça soit « toujours limité », ce qu'il trouve « plate ». Il préfère donc téléphoner après dix-sept heures, afin de « s'illimenter », parce qu'avec son forfait, « ça ne coûte rien ». Pierre possède également un ordinateur portable qu'il trouve pratique et dont il se sert beaucoup, « même parfois trop ». Internet lui permet de s'approvisionner en électronique, d'accéder à ses courriels et d'écouter la radio, ces deux dernières occupations étant de fait, routinières (cf. ci-haut):

Aujourd'hui, je me suis levé, [...] j'ai écouté un peu la radio, j'ai été voir mes courriels, [...] je suis venu m'installer pour faire mes travaux mais je n'ai pas vraiment commencé tout de suite, [...] j'ai écouté un peu Christiane Charrette, [...] après ça j'ai commencé mes études. À 12h30, j'aime bien prendre une pause pour écouter Maisonneuve en direct.

Enfin, le clavardage et la télévision ne font plus partie des usages. « Parler des heures sur Internet, jamais de la vie, [...] tu sais à qui tu parles donc c'est quasiment plus ridicule, [...] et en appart, je ne voulais pas payer pour le câble, [...] je ne l'utilise pas et je suis content ». Selon lui, les technologies créent « de l'isolation depuis qu'on est tous rendus avec nos écrans, peu importe la grosseur ». Il soutient qu'« on est dans l'ère des communications, mais [que] c'est le moment où on communique le moins bien entre nous » et déplore qu'en ville, on appelle notre voisine, voire « notre collègue de table », alors qu'en région, « on garde les vieilles habitudes de sortir pour aller voir les voisins ». Dès lors, il prône des moyens de communication comme « le face à face » ou « le papier-crayon ».

En ce qui concerne les routines de déplacement, Pierre utilise en majorité les transports en commun. « Je peux prendre le métro facilement, l'autobus aussi ». Il est également abonné aux services

Communauto et *Allô-Stop*, pour les sorties à l'extérieur de Montréal. Enfin, au besoin, besoin, il lui est possible d'emprunter le véhicule de son père.

4.1.4 Avis sur routine et temps

4.1.4.1 Rapport à la routine : à la fois essentielle et oppressante, sans forcément application à soi

Pierre perçoit la routine de façon ambivalente, à la fois nécessaire et paralysante, sans une éventuelle possibilité d'équilibre. Ainsi, premièrement, il associe la routine à « quelque chose de relativement anodin, régulier et normal à la fois » lié au domaine de la famille. « C'est assez classique, les familles, papa va chercher les enfants, maman va les porter [sic] ». Dans ce cas, la routine est essentielle, obligée par la reproduction de la vie et les besoins des enfants, ce qu'il a lui-même expérimenté. « C'est comme ça que j'ai grandi, puis aujourd'hui je [la] prône un peu, je comprends très bien pourquoi ça a été ainsi [lorsque je vivais chez mes parents] ». Il l'associe également à un cadre garant d'une image sociale positive. « On imagine que les jeunes n'ont pas de routine, [...] qu'ils travaillent à temps partiel [et] font ce qu'ils veulent l'autre moitié du temps, [...] tels des marginaux [qui] préfèrent dire qu'ils n'ont jamais de routine parce que ça paraît plus cool de ne pas être routinier ». À ce propos, il se souvient avoir essayé, au CÉGEP, de ne pas suivre de routine – « on n'est pas soumis au temps, on ne sait pas ce qu'on va faire demain » –, mais a constaté que ça ne correspondait pas à son style de vie. « Si tu n'es pas dans une routine, [...] à un moment donné, tu te piles sur les pieds [et] tu finis par tomber ». Ainsi, il apprécie « la sécurité » et « le contrôle » que lui procure la routine et admet qu'avec celle-ci, il est « plus facile [de] gérer son temps » et d'en avoir pour soi. « Je trouve ça intéressant, la routine justement [...] parce que tu peux prévoir ce que tu ne prévoiras peut-être pas. [...] C'est en pouvant tout prévoir que tu peux dire *cet après-midi-là, je suis libre, quelle folie je vais faire?* ». Bref, la routine aurait un effet structurant. « Elle me *schedule*, elle fait que je vais à l'école et que j'apprends bien puis que je ne manque pas de cours, [...] et elle force aussi un peu les choses parce qu'en disant *tous les mardis, j'ai ça*, tu l'insères dans ton agenda, ça fait partie de ta routine ».

D'un autre côté, lorsqu'on évoque la routine, « c'est souvent le travail qui revient, de neuf à cinq, du lundi au vendredi ». Ainsi, selon Pierre, se soumettre à une routine revient, dans notre société, à

nous assurer un revenu à l'aide d'un emploi à temps plein, pour mener « plus facilement une vie monétairement stable », ce qu'il considère a priori comme un bienfait de celle-ci. Toutefois, il nuance ses propos et situe son affirmation dans un contexte capitaliste en précisant que « c'est parce qu'on est pris avec l'argent que la routine doit être installée, pour qu'on ait une rentrée d'argent, pour pouvoir être sûrs d'emprunter à la banque, pour pouvoir être bien endettés et être confinés à notre devoir de citoyens ». Dans ce contexte, l'individu serait prisonnier d'une routine, ce qui rejoindrait son côté paralysant.

Si tu fais quelque chose que tu n'aimes pas et c'est routinier, [...] quand tu es au travail, que tu fais quarante heures par semaine, qui malheureusement sont souvent la même chose, [...] c'est aliénant totalement. [...] Une fois que c'est incrusté dans une routine, c'est une habitude et c'est dur de se défaire des habitudes.

La routine semble dans ce cas sclérosante. À ce propos, il cite en exemple ce qu'il appelle « les marginaux, [...] qui vivent sans routine, dans un *truck Westphalia*, qui se promènent, [...] qui n'ont de problèmes d'argent [...] et qui, en général, s'en sortent assez bien ». Il finit par prôner ce style de vie et à en faire une sorte d'idéal : « Ne pas avoir de routine, pouvoir avoir une voiture et me promener n'importe où sans avoir à penser à payer mon gaz, à payer quoi que ce soit d'autre, [...] admettons être millionnaire, sûrement que je n'aurais pas de routine, c'est le financement qui fait la différence ». Il s'agit alors d'une conception de déterminisme économiste de la routine.

Dans le même ordre d'idées, il serait sain, selon lui, de laisser dans son emploi du temps de la place à l'imprévu. « L'imprévu casse un peu la routine, [...] le *beat*, [...] de temps en temps, et ça donne des surprises, [...] ça fait avancer les choses, [...] ça donne un autre *sprint* différent ».

Relativisation de la routine étudiante

Bien qu'il s'adonne à plusieurs routines plus ou moins conscientes, Pierre considère qu'« en tant qu'étudiant, [...] la routine est assez faible effectivement. [...] Si on regarde mon horaire scolaire qui change à chaque session, ça ne sera pas tout à fait routinier. [...] Un étudiant apprend des nouvelles choses dans chaque cours, puis chaque recherche, chaque étude est différente ». Il compare ce style de vie à celui d'individus travaillant à temps plein et s'estime « riche » du fait de pouvoir « organiser son horaire [de façon à] pouvoir vivre un peu ».

Ceux qui travaillent quarante heures par semaine, et ta job c'est de répondre au téléphone et tu réponds au téléphone quarante heures par semaine, bien c'est ta routine pas mal. [...] [Tandis qu'] en tant qu'étudiants, vu qu'on a quatre cours, ça fait douze heures seulement, je me tape à peine dix heures de travail rémunéré, mettons une vingtaine d'heures de travail, ça fait trente-deux heures par semaine, puis je n'ai pas mes études, admettons on rajoute, soyons généreux, huit heures d'étude minimum, j'ai mon quarante heures. Mais j'ai quand même la job où je peux dire non une fois de temps en temps, et mes études, ça fait huit heures que je peux gérer, versus ton quarante heures déjà complété, où tu sais qu'en rentrant à ta job, tu vas faire ça, ça, ça pendant dix heures ou huit heures.

Selon lui, une routine sera à considérer lorsqu'il sera « rendu avec des enfants et une famille, puis une maison puis des paiements puis un travail ». Les routines liées à la reproduction de la vie semblent donc incontournables voire essentielles pour lui.

4.1.4.2 Rapport au temps : une révolte contre le temps du travail, imposé, au profit du temps pour soi ou d'un temps choisi

Pierre s'attarde longuement sur les routines du travail. Selon lui, nous nous trouvons aujourd'hui dans « l'ère de l'industrialisation », qui se caractérise par une « surcharge de travail. [...] Le monde court, [...] travaille tant à la maison, que dans un bureau, que dans l'auto, que dans le métro », conditionné par les intérêts dominants des entreprises, « la compétition et faire beaucoup d'argent ». Ainsi, en échange d'un salaire, les individus se plient à « ce que le boss demande » et ne prennent plus « le temps de prendre du temps pour soi, [...] [pour] vivre, [ils accordent davantage] de temps à travailler », parce qu'il semble que « dans notre mentalité, il [faille] travailler pour être considéré, [...] [et pour ne pas se sentir] marginal ».

De ce fait, Pierre se proclame davantage « contre le temps que pour ». Ainsi, si c'était possible, « ça ne [le] dérangerait pas qu'il n'y ait pas d'heure » puisque « tout va trop, de plus en plus vite », ce qui, avec les lectures et le travail, lui laisse « beaucoup moins de temps à faire ce que j'aimerais faire, [comme] sortir ». Il se considère lui aussi en quelque sorte « condamné au temps », les travaux universitaires et son emploi de massothérapeute rythmant sa vie, mais essaie, toutefois, de prendre du temps qu'il appelle de qualité. Cela revient pour lui à « faire du social », les rapports humains représentant l'« un des temps les plus importants », par opposition au temps passé au travail, qu'il juge « de moindre qualité » et qu'il associe à « vendre son corps pour gagner sa vie. [...] On devrait

toujours [prendre le maximum] de temps de qualité [quand ça passe, parce qu'il n'y en a pas assez], puis travailler juste pour vivre, en tout cas juste pour avoir le nécessaire ». Convaincu que plus la routine prend du temps, dans ce cas la routine du travail, moins il est facile de la gérer, il suggère de « créer » sa propre routine, de « jongler avec [elle] et avec [soi]-même », ce qu'il désire dans sa future vie professionnelle. « Ce que j'aime de la massothérapie [...] si j'en fais un métier un jour, c'est que je peux choisir l'horaire [...] que j'impose à des clients, donc je peux aussi décider que tel ou tel jour, je ne prends pas de rendez-vous parce que je veux avoir congé et ça finit là ».

Enfin, Pierre affirme que s'il existait « une solution au temps », aux routines prescrites par le domaine du travail, il serait « tenté de l'essayer » et avoue avoir pensé lui-même à une alternative, basée en fait sur un changement de routine :

Alternar une semaine de travail, une semaine de vacances, ça pourrait donner une autre perception. Il y a plein de façons de le voir, on peut travailler six mois et avoir six mois de congé aussi. Je crois que ça serait une meilleure gestion du temps et surtout, on n'aurait plus que juste deux semaines de congé par année et quelques jours à Noël. Justement, ça donnerait une meilleure gestion du temps, on pourrait plus passer du temps de qualité en famille, avec des amis. [...] En deux mois, tu as quatre semaines de vacances, tu travailles quatre semaines, puis à chaque semaine, tu te dis *je vais aller voir des amis à Sherbrooke, je vais voir la famille à Gaspé, je vais voir des amis à Montréal*. [...] Puis justement, si tu es fatigué, tu as une semaine pour te remettre carrément. Si tu as envie de passer du temps pour toi, ça se fait très bien. Tu n'as pas juste deux jours de congé les fins de semaine où il faut que tu *rush* pour faire tout ce que tu as envie de faire, lavage, ménage, etc. Louer un char pour aller ailleurs, faire un *roadtrip* en deux jours, c'est comme chiant, tu reviens, tu n'as même pas le temps de découcher finalement. Donc, ça serait une perception que j'aimerais bien.

Valorisation du temps passé

Pierre s'identifie aux « vieilles valeurs québécoises, [comme la famille], [aux] vieilles cultures, [et aux] contes comme [ceux de] Fred Pellerin. Lorsqu'il constate les contraintes et frustrations qui parsèment le monde du travail, comme devoir se lever même « quand [on n'a] pas envie [d'aller travailler], [...] ne pas faire ce qu'on aime [...], et en plus faire des heures de fous », il valorise ce qui représenterait une époque passée, « en région [où], quand tu [étais] dans le champ, tu te fiais au soleil puis quand tu étais fatigué, tu allais te coucher, [...] parce que tu écoutais plus ton corps ». Les routines intimes primaient alors, selon lui, sur les routines obligées. Dans le même ordre d'idées, comme il a l'impression que les échanges humains se déqualifient de nos jours – « les gens ne [veulent] plus se

rencontrer, [...] on ne prend plus le temps de se parler ni de s'écouter de peur de se faire juger, [...] le monde a peur de l'Autre et des différences » –, il idéaliserait la vie dans les villages d'autrefois où « tout le monde se rencontrait [au magasin général, entre autres], parlait et ça faisait une sorte de thérapie ». Et l'Église, plus précisément le confessionnal, constituait une « grande oreille » pour beaucoup de citoyens, sans alternative aujourd'hui pour aider les individus à (re)trouver leurs repères, les poussant à s'isoler dans leurs problèmes, sous le poids de l'opprobre implicite. « Tu avais fait des affaires pas correctes, tu te sentais mal [...] mais tu allais te confesser et tu étais correct. [...] Aujourd'hui, au contraire, on refoule tout, on devient très individualiste, [alors] la religion apportait justement un certain échange, [sans compter] le fait de pouvoir se libérer ». Il semble donc regretter ces pratiques sans doute correspondantes à des habitudes de catharsis émotionnelle.

4.1.5 Projets à long terme

Pierre se dit « très optimiste envers l'avenir » mais se le représente difficilement. « Ça va tellement dépendre de tellement de choses qui sont encore loin de moi ». Ainsi, faire une maîtrise, étudier et apprendre l'anglais à l'étranger ou ailleurs au Canada, voyager, fonder une famille, se lancer en politique, enseigner ou encore acheter un condo représentent autant de projets à long terme, mais qu'il n'est pas prêt à mettre en œuvre parce qu'il se considère « rendu au point de laisser venir les choses à moi: [...] je ne sais pas où je vais être physiquement et mentalement. [...] Je ne pense pas faire ma vie à Montréal, mais quand je serai rendu à penser où je vais aller vivre plus tard, [je devrai choisir] un quartier, une ville, un pays ». Quoi qu'il en soit, il compte « y aller [au] maximum, [...] bouger le plus possible, [...] vraiment apprendre et voir ».

LÉA

4.2 Léa: le refus des limites et la différence chérie**4.2.1 Portrait**

Léa, 20 ans, est étudiante au baccalauréat en arts visuels et médiatiques à l'UQÀM, depuis l'automne 2009. Elle occupe également deux emplois à temps partiel : gardienne-réceptionniste dans une résidence pour personnes âgées et monitrice dans un centre d'aide en français dans un cégep. Elle les considère tous deux comme « des emplois très stimulants » dont elle est « reconnaissante » et ce, même s'ils ne se situent pas à proximité de son domicile.

Avant de quitter le foyer parental il y a près de trois ans pour déménager à Montréal – elle avait alors 17 ans –, Léa vivait à Sherbrooke avec sa mère et sa sœur. Elle a décidé de partir par souci d'autonomie. « J'avais besoin d'avoir mon propre appartement, d'avoir mes meubles, [...] de choisir ce que j'allais manger, de payer des comptes comme les adultes ». Déménager lui permettait, d'une part, de se détacher de sa mère qu'elle trouvait de plus en plus « contrôlante sur ma vie » et d'autre part, de se plonger dans « un mode de vie urbain ». S'établir à Montréal consistait pour elle à « vivre dans le champ de l'action en arts ». Elle apprécie justement la « diversité » et l'« ouverture d'esprit » auxquelles sont « habitués les gens d'ici » et, de ce fait, d'être « mieux acceptée que dans une petite ville. On ne me regarde pas avec des gros yeux quand je sors dans un centre d'achats ».

Depuis qu'elle vit à Montréal, Léa a habité dans plusieurs appartements : au centre-ville, seule et en mesurant l'écart avec le noyau familial dans un 1 ½, à Laval et dans Hochelaga-Maisonneuve avec des colocataires, et finalement, dans son domicile actuel, dans le quartier Rosemont. Elle y a emménagé à la mi-janvier 2010³⁵, avec une colocataire, l'une de ses amies, qui l'avait choisi. En dépit du fait qu'elle habite une rue « agréable », Rosemont n'est pas le quartier favori de Léa, surtout pour des raisons pratiques. « C'est mal desservi en transport en commun, l'épicerie la plus proche est vraiment loin. ».

³⁵ Les entrevues avec Léa ont eu lieu les 5 et 19 février 2010. Peu de temps s'était donc écoulé depuis son emménagement.

Elle s'ennuie d'Hochelaga-Maisonneuve, présentant « beaucoup d'avantages côté transport en commun et services sociaux ». Quant à l'appartement, Léa s'y sent chez elle, particulièrement en raison de la luminosité qui la rend de meilleure humeur le matin, et du fait qu'il porte sur deux étages, favorisant l'insonorisation et l'intimité. Ainsi, avec les chambres en haut et le salon et la cuisine en bas, elle peut se permettre d'y « faire du bruit » sans déranger sa colocataire ou les voisins. Elle qualifie également son logement de « petit nid d'amour », la relation de partage qu'elle entretient avec sa colocataire, par opposition aux nombreux conflits connus lors de précédentes colocations, rendant l'endroit « moins stérile, plus vivant, [...] plus chaleureux ». Elle s'y sent donc bien mais avoue ne pas avoir l'intention d'y rester indéfiniment.

Après avoir quitté le foyer parental, Léa a éprouvé des difficultés financières et avoue s'ennuyer beaucoup du noyau, dans son cas, monoparental, qu'elle considère à la fois comme « un point de départ et un point d'arrivée, [...] la seule place où tu vas être en espèce de paix avec toi-même parce que tu n'as aucune responsabilité à assumer ». Toutefois, de tout le processus de la décohabitation, elle admet avoir tout de même retiré « plein de satisfactions. Je deviens quelqu'un, je ne suis plus *la fille de*, je suis moi, [...] plus une personne à part entière qu'une ado à qui on donne des limites, [...] j'ai vu la dimension du travail donc autant que j'ai eu de liberté, j'ai eu de responsabilités ». Bien qu'elle se considère davantage responsable et autonome, elle affirme que son caractère n'a « pas changé du tout au tout ». Ainsi, elle s'estime encore « en quête de mon identité » et ne se perçoit pas comme « une adulte qui gère ses comptes. Je n'ai pas une maturité adulte encore, [...] pour moi, un adulte, ça serait quelqu'un qui aurait un peu trouvé sa voie, [...] qui a une vie structurée ». Elle qualifie de la sorte son style de vie d'irrégulier parce qu'elle organise constamment ses journées en fonction de ce qu'elle a « envie de faire ». Elle se décrit comme une personne « nomade, [...] qui s'adapte super vite » à plusieurs situations, comme « une personne en arts » ayant de la difficulté à suivre « des lignes directrices à l'université », avec un style donnant plus « dans le *trash* ».

Participation aux entretiens

Le discours de Léa est très articulé. Sympathique et à la fois très professionnelle dans son rôle d'informatrice, elle s'exprime de façon claire et brève en évitant les détours et en soignant son vocabulaire.

4.2.2 Première définition de la routine

Pour Léa, la routine s'apparente à la proposition « tout fonctionne tout le temps de la même manière ». Elle représenterait plus précisément « une activité que tu fais régulièrement, une répétition d'une action dans le futur et qui était faite par le passé », comme, par exemple, se rendre à l'école. De façon « plus rigide », il s'agirait d'un « endroit, une façon de procéder avec des objets qui sont toujours à la même place, à une heure précise, une journée précise », comme le repas en famille. « Moi je vois l'exemple du couple qui est ensemble depuis quarante ans, qui mange du blé d'Inde depuis quarante ans, avec des patates et un *steak* ». Elle l'associe également à « du huit à quatre, et un cinq à sept le mardi avec la compagnie » répétés à chaque semaine, et semble attribuer à la routine un caractère automatiquement imposé voire, sclérosant.

4.2.3 Routines vécues

4.2.3.1 Routines collectives : diversité... et files d'attente

Concernant les routines collectives, Léa considère les Montréalais « accueillants, [...] chaleureux, [...] et agréables à vivre ». Elle a rencontré à Montréal « beaucoup de cultures multicolores » et, provenant d'un « milieu plus rural », estime cette diversité culturelle comme une spécificité de la ville. Par ailleurs, elle observe qu'à Montréal, on attend constamment. « On fait la file pour payer, pour prendre l'autobus ou le métro », ce qui développerait une « patience intense ».

4.2.3.2 Routines organisationnelles : une semaine chargée contre l'angoisse

Sur un plan plus personnel, plusieurs éléments se rattachent à la routine dans la vie de Léa. « C'est ça qui donne une structure aussi un peu à tout ça parce que sinon, je serais en train de flâner je ne sais pas où en faisant je ne sais pas quoi ». Parmi ces éléments, elle cite ses cours et son travail, activités les plus stables de son emploi du temps. « Je ne suis jamais perdue, là, [...] je sais où m'en aller quel jour, je sais que les périodes avant et après, il faut que je les remplisse par les tâches que j'ai à

accomplir ». Prévoir un budget et payer les factures feraient aussi partie d'une routine, mais celle-ci serait plus contraignante, et ce, comme rançon d'une autonomie tant espérée (cf. 4.2.1).

Bien qu'elle estime que ses semaines ne se ressemblent pas, les routines organisationnelles de Léa semblent hebdomadaires. Ainsi, pour la session d'hiver 2010, ses cours ont lieu les lundis, mercredis et jeudis, le plus souvent en après-midi et en soirée vu qu'elle ne se considère pas matinale. Lors de ces journées, elle se consacre également à dix heures de tutorat hebdomadaire ainsi qu'à quelques activités sportives, mais l'ordre de ces occupations semble toujours varier.

Le matin, je dors parce que je suis vraiment une grande dormeuse. Après, je vais souvent pratiquer une activité sportive quelconque, après je peux faire un peu de tutorat, [...] puis après j'ai de l'école ou carrément le matin, je vais travailler à l'atelier puis l'après-midi j'ai un cours, ou du tutorat avant, après du sport, après un cours, ça dépend des journées. Le soir, je reviens ici et je me couche ou presque, parce que ça finit à dix heures.

La fin de semaine, Léa travaille à la résidence pour personnes âgées. « Je fais une semaine huit heures et une semaine seize heures ». Elle s'y rend donc tous les samedis, de seize heures à minuit, et un dimanche sur deux, ce qui lui laisse un dimanche de congé aux quinze jours lors duquel elle peut « ne rien faire » - elle estime ainsi son rythme de vie très chargé. Les mardis et vendredis constituent également des journées sans cours ni travail qu'elle essaie de « prendre un peu plus *off* », lorsqu'elle n'a pas de travaux scolaires ou de ménage à faire, bien que ce ne soient pas des tâches équivalentes. Elle profite de ces journées – et soirées – pour relaxer et se distraire.

Bien qu'elle affirme ne pas aimer les horaires fixes et apprécier l'inattendu, Léa planifie ses journées à l'aide de « listes de choses à faire. Même si je ne la respecte pas, il faut que j'aie une structure dans ma journée, [dans cette espèce de chaos], parce que je ne suis pas très rigide, je peux être souple, [...] et je fais des crises d'angoisse ». S'estimant presque hyperactive, elle charge ainsi son emploi du temps au maximum pour être « sûre de faire quelque chose de concret et d'utile [...] et de ne pas m'ennuyer en m'isolant. [...] Je ne peux pas me permettre de m'ennuyer, la vie est trop courte. Si je m'ennuie, je me mets à penser à des choses négatives et je vais négliger toutes les activités que peut-être je devrais faire et que j'aimerais faire ». Enfin, elle se considère « presque constamment à l'heure », arrivant toujours quinze minutes à l'avance au travail et à ses rendez-vous.

4.2.3.3 Routines occupationnelles : entre besoin de socialiser et arts plastiques

Certains loisirs auxquels Léa s'adonne s'avèrent routiniers. Ainsi, elle accorde beaucoup de temps à « faire du social » avec ses amis, en sortant ou en organisant des soupers à son appartement. « Je me suis fait un réseau social, [...] j'ai beaucoup d'amis différents et [...] j'essaie d'organiser un souper le mardi ou le vendredi et un dimanche sur deux ». Lorsqu'elle n'est pas accompagnée, elle regarde des films, essaie de lire un peu et, surtout, pratique des activités artistiques associées à un « retour aux roots » comme « la photo agencée, le dessin et la sculpture ». À ce sujet, son appareil photo 35 millimètres avec un *zoom* (offert par son père qu'elle ne semble pas voir souvent) la ravit par son côté moins technologique, par opposition à « la caméra digitale que monsieur-et-madame-tout-le-monde ont. Je me sens puissante quand j'ai ça dans les mains, c'est vraiment agréable ». Il lui arrive aussi de magasiner et a développé des trucs de consommation. Ainsi, la plupart de ses objets ou vêtements sont « donnés ou achetés usagés. Je récupère, je les utilise jusqu'à ce que moi je ne les trouve plus en état et après je m'en débarrasse ».

4.2.3.4 Routines liées à la reproduction de la vie : à la fois contrôle et partage

Parce qu'elle s'est beaucoup occupée de sa sœur plus jeune durant son adolescence au foyer parental, Léa a également développé des routines en ce qui concerne la reproduction de la vie, donc l'entretien et les repas. « C'est mon côté mère-poule, [...] mon côté *fais ça bien*, [...] je voulais que ça soit de telle façon, qu'elle mange des bons trucs pour elle ». Léa perçoit ces exigences comme « des manies » et, depuis, se considère comme une « *control freak* » dans le domaine de l'entretien, et plus précisément de l'ordre dans les pièces communes, affirmant que les choses n'ont pas une « place définie » dans sa chambre. « Les choses doivent être à une certaine place pour qu'on les trouve, [...] et j'ai vraiment besoin qu'elles soient à la place où moi j'ai choisi qu'elles soient ». Ses routines se sont d'ailleurs heurtées à celles d'une ancienne colocataire « un peu pareille de ce côté-là », avec qui elle se « battait carrément », ce qui a engendré son déménagement. « Comment elle me poussait et comment elle m'imposait des choses, ça ne fonctionnait pas, [...] ça changeait ma routine ». Elle précise que dans son appartement actuel, c'est elle qui a « choisi toute la disposition de la vaisselle dans les armoires », ce qui la satisfait, et admet avoir besoin d'exercer son contrôle, notamment en ce qui concerne la fréquence du lavage de celle-ci. « Ma colocataire ne fait pas sa vaisselle

constamment, et pour moi elle ne la fait pas assez souvent. [...] Ça me dérange excessivement [...] parce que ce n'est pas fait dans le délai que moi je désire, [...] donc je vais la faire pour elle mais ça va finir par faire une accumulation et je vais me fâcher».

En ce qui concerne le ménage en tant que tel, Léa ne se considère pas comme une « ménage *freak* ». Avec sa colocataire, elle se fie à un « tableau de tâches » qu'elle a elle-même élaboré. Deux rôles y sont décrits et échangés à chaque semaine, le premier consistant à laver les planchers du rez-de-chaussée, à faire le ménage du comptoir, à laver le four à micro-ondes et la table, à sortir les poubelles et la récupération, et le second à laver la salle de bains et à ramasser les articles épars. « Je me dis qu'en voyant ça, moi je sais exactement quoi faire et elle, elle sait exactement quoi faire, donc ça nous donne une structure à suivre », bien que leur rythme d'effectuation de ces tâches varie beaucoup. « Moi j'aimerais que tout soit fait tout de suite, [...] tandis qu'elle, elle va s'installer une journée et elle va faire ça pendant toute la journée ». Enfin, aucune journée n'est officiellement réservée au ménage – « tu le fais n'importe quand pendant la semaine entre le lundi et le samedi » –, ce qui, selon Léa, atténue le caractère routinier des tâches qui y sont reliées. « Juste le fait que j'aie le choix de le faire, ça me donne une espèce de latitude qui ne me donne pas l'impression que c'est une routine, [...] et vu qu'on change de rôle à chaque semaine, ce n'est pas figé ».

Excepté les routines mises en place par Léa pour le bien-être de sa sœur, les routines en lien avec les repas ne semblaient pas revêtir une grande importance au foyer parental. « Il y a ma mère qui, un temps, voulait absolument qu'on mange à telle heure puis à chaque soir qu'on se retrouve, mais ça n'a pas duré parce que ce n'est pas comme ça qu'on fonctionne ». Après sa décohabitation, dans son appartement actuel, plusieurs routines subsistent cependant dans ce domaine. Ainsi, elle précise que, malgré quelques échanges occasionnels, l'approvisionnement et l'entreposage des aliments dans le réfrigérateur ou le garde-manger demeurent individuels. Également, compte tenu de son amitié avec sa colocataire, il lui arrive de régulièrement préparer et partager des repas avec celle-ci. « On se fait des petits soupers ensemble, [...] une semaine, admettons c'est moi qui cuisine ou c'est elle, une qui coupe les légumes, une autre qui fait autre chose, donc c'est pas mal un beau partage, c'est le fun ». Enfin, les recettes de Léa sont le plus souvent inspirées de celles de sa mère, qu'elle dit aussi admirer « excessivement » – une tradition – ou improvisées parce que « c'est moins compliqué et [...] ça fait une cuisine plus vivante ». Dans la mesure du possible, elle tente, en outre, de se référer au guide alimentaire canadien puisque « les fruits, les légumes et les protéines sont essentiels ».

4.2.3.5 Routines liées à l'hygiène mentale : de grands espaces, d'un côté communautaire et de l'autre, privé

Pour se maintenir en bonne santé mentalement, Léa, en tant que « personne en arts », a besoin de « grandeur » et d' « espace. [...] J'aime ça m'étaler, [être] libre de bouger, [...] quand c'est trop petit, je me sens étouffée ». Son appartement idéal s'apparenterait d'ailleurs à un espace assez grand pour son matériel d'artiste, « avec de grandes fenêtres, [...] un grand comptoir pour cuisiner, un garde-manger immensément grand, [...] une grande salle de bains pour passer du temps devant le miroir le matin, [...] et un grand salon, avec lequel on pourrait faire un bureau ou un atelier ». Ce besoin d'espace ne serait-il pas en partie associé à ceci ? : « J'ai un défaut de motricité, je me plante dans tout ce qui est dans mon chemin, donc si on n'avait pas de place, je me buterais constamment contre mes meubles et ça c'est vraiment fatigant ».

D'un autre côté, son désir de « recevoir des gens », de « faire des gros soupers avec dix personnes » témoigne de ce plaisir de l'ampleur, mais aussi « d'avoir une présence près de moi, [...] de faire beaucoup de choses avec des gens. Je n'aime pas me retrouver seule. [...] J'ai la nécessité d'habiter en colocation ou de toujours être avec quelqu'un ou dans la ville ». Pour répondre à ces deux besoins essentiels à son bien-être psychique, Léa a développé plusieurs routines liées à l'espace, et plus précisément au salon parce que c'est là, au fil du temps, qu'elle a trouvé espace et compagnie comblés. Déjà au foyer parental, bien qu'elle considérait sa chambre comme « un cocon », refuge lors de l'adolescence, le salon constituait sa pièce préférée parce qu'elle y « partageait beaucoup » avec sa mère et sa sœur. « On se racontait notre journée sans se le demander, [...] c'était comme *tu as fait ça, ça, ça, c'est le fun, puis comment ça va avec ton chum?* ». Cette préférence s'est maintenue dans son appartement actuel, parce que c'est dans le salon, perçu comme la pièce commune par excellence, qu'elle peut « partager et discuter » avec sa colocataire, n'ayant « rien installé du tout » dans sa chambre, jugée moins importante, du moins en termes de décoration. « Des fois, on mange carrément sur la table du salon pour déjeuner et le matin, elle me joue de la musique, on écoute des vinyles », les objets – les vinyles, les dvd, la télévision, le futon – qui s'y trouvent étant considérés communs. De surcroît, le salon permet à Léa de s'isoler du temps et, ainsi, de relaxer, en absence de toute horloge. « C'est merveilleux de ne pas avoir à toujours regarder *bon, il est moins quart, il faut que j'aille me préparer* ». Enfin, le bien-être que lui procure cette pièce découle également de sa facilité d'entretien : « Tu passes le balai, tu ramasses deux, trois piles de magazines et c'est fini ». À

l'inverse, elle ne retrouve pas cette aisance dans la salle de bains, l'entretien étant associé à l'hygiène et l'espace y étant beaucoup plus restreint : ce trait peu hospitalier se trouvait dans la plupart des appartements dans lesquels elle a vécu : « Je me sens tout pognée, j'aime mieux faire ça vite et m'en aller dans ma chambre après ».

Bien qu'elle affirme avoir constamment besoin d'une présence auprès d'elle pour se sentir bien, Léa aimerait, d'un autre côté, pouvoir se retrouver seule avec elle-même dans « une maison à elle ou quelque chose quelque part qui est *groundé* », espace auquel son réseau social – même son copain – n'aurait pas accès. « Ça serait mon petit havre de paix, [...] quelque part dans l'ouest ou dans l'est de Montréal qui est peut-être plus banlieue », dont personne ne connaîtrait l'emplacement pour ne pas la déranger. Par ailleurs, malgré qu'elle se considère davantage à sa place dans son appartement actuel que dans les autres, elle ne parvient pas à s'identifier à celui-ci, ni à aucun autre endroit qui ne lui appartienne pas, ce qui expliquerait sa difficulté à défaire la totalité de ses boîtes ou à s'investir véritablement dans la décoration, synonyme d'appropriation de l'espace. « J'essaie de poser tous mes cadres, de mettre tous mes trucs mais il y a tout le temps quelque chose qui me bloque ». Elle perçoit, à l'inverse, *sa* maison ou *son* condo comme *son* espace, le seul qui lui permettrait véritablement de se sentir chez elle, parmi « ses affaires ». Enfin, à la différence de son expérience, la propriété de cet espace lui garantirait sa constante disponibilité – « un endroit [...] qui va toujours être là » – après une série de déménagements. Elle s'y rendrait de temps en temps, pour « se reposer et faire le point », lorsque « ça se passe mal à son appartement », ce qui s'apparenterait à une autre routine liée à l'espace.

Je n'habiterais pas toujours là, [...] cette stabilité-là, je vais en avoir besoin une fois de temps en temps. [...] Peut-être qu'à quarante, quarante-cinq ans, je vais être contente de l'avoir cette maison-là et je vais y habiter de façon continue, et je vais avoir un travail régulier, parce que je vais être fatiguée, [...] [mais, pour l'instant], je ne veux pas vivre dedans, je ne veux pas m'ancrer là-dedans ».

4.2.3.6 Routines liées aux moyens de communication : une omniprésence obligée

Bien qu'elle n'aime pas la « surutilisation » ou la « dépendance » des individus à l'égard des technologies de communication, Léa se dit elle-même « de l'ère MP3 » et en fait un usage routinier, comme aussi du cellulaire. Déjà au foyer parental, se sentant « plus isolée dans des petites villes »,

elle considérait son ordinateur comme « un outil essentiel », pour aller sur Internet se tenir au courant « de toutes les expos qu'il y avait à Montréal ». D'autre part, son domaine d'études ne lui laisse pas le choix d'employer fréquemment ces technologies. « En arts visuels, la techno est omniprésente : caméra, vidéo, installation-son, on est obligé de s'adapter à notre nouvelle ère ».

En ce qui concerne les routines de déplacement, Léa utilise les transports en commun « tous les jours » et le covoiturage lorsqu'elle rend visite à sa mère. À l'occasion, elle utilise la voiture de son copain ou de son père.

4.2.4 Avis sur routine et temps

4.2.4.1 Rapport à la routine : une recherche constante de nouveauté à l'encontre de la monotonie

Pour Léa, la routine s'avère à la fois réconfortante et gage de monotonie. Ainsi, elle la perçoit a priori porteuse d'une « certaine sécurité », tant pour les enfants que pour les adultes, équivalente à « un temps de repos, [...] un temps consacré à soi ». À un niveau plus personnel, il s'agit d'« un point d'ancrage, [...] un point d'arrivée », un élément qui l'oriente, puisqu'elle sait exactement « où se diriger » lorsqu'elle s'y adonne. Toutefois, un équilibre entre les activités routinières et celles qui le sont moins s'impose – « il faut savoir balancer les deux » –, afin d'éviter l'ennui, qui s'installe rapidement. De la sorte, bien qu'elle estime la routine bénéfique dans certaines circonstances, Léa a sans cesse « besoin de nouveauté, [...] de bouger, d'être dynamique, de tout le temps changer » puisqu'élevée « dans un changement constant » où la routine avait peu de place, selon elle. « Ma mère me disait : "pourvu que dans une journée tu aies l'impression que tu as fait quelque chose, le reste ça n'a pas d'importance, dans quelle chronologie ou à quel moment" ». La vie au foyer parental était dépourvue d'un « côté plus organisé » – ce qu'elle apprécie –, d'une « structure rigide » qu'elle attribue aux familles plus traditionnelles et, d'après elle, plus routinières.

Il y a une structure qu'on nous enseigne en tant que la famille qu'il faut avoir dans la vie : [...] ta mère doit être plus haut placée que toi parce qu'elle t'a donné la vie et ton père, c'est la figure d'autorité du foyer. [...] Mais ma mère, ça n'a jamais été comme ça, elle est monoparentale, [...] elle était plus notre amie que notre mère, [...] elle ne nous imposait rien. [...] J'allais [par contre] chez mes amis qui avaient vraiment une routine établie, [...] ils mangeaient à une heure précise, à

la table, chacun avait sa place précise, [...] puis en lien avec ce qu'on mange, il faut que le ketchup soit sorti, [...] et ils mangeaient aussi souvent la même chose mais sous différents aspects.

Léa admet alors avoir développé depuis une conception négative de la routine, alimentée par les articles de magazines qui la présentent fréquemment comme « l'élément plate » – « Déjouez la routine! Mettez du piquant dans votre quotidien pour ne pas tomber dans la routine! [...] Ne laissez pas votre couple tomber à la dérive dans le piège de la routine! » – dont elle agrée les conseils, utiles selon elle à des individus moins créatifs.

N'importe qui a besoin d'un peu de dynamisme, [...] d'avoir du changement dans sa vie, même la personne la plus *by the book*, elle a besoin d'un peu d'espace pour se permettre de s'évader, [...] donc je suis complètement d'accord qu'ils donnent des trucs pour déjouer ça à des gens qui ne savent pas nécessairement balancer le truc ».

Quant à elle, pour s'empêcher de plonger dans l'ennui qu'elle estime engendré par la routine, elle tente de « faire de l'imprévu », d'elle-même se surprendre afin de ne pas « tomber dans les mêmes choses tout le temps. Si je m'enfonce dans un quotidien, j'ai l'impression que c'est ma mort ». De la sorte, elle considère avoir « plus de contrôle » sur sa vie, mieux s'adapter aux événements qui surviennent que des individus s'estimant dans le « chaos [...] si ça ne va pas exactement dans le sens qu'ils veulent, dans leur routine ». Qui plus est, avoir « trop de routine », s'imposer « tout le temps les mêmes affaires, les mêmes jours » la ferait se percevoir « comme quelqu'un de vraiment plate, [...] sans spontanéité, [...] tout ce que je n'ai jamais voulu être ».

Enfin, Léa semble avoir développé également une conception socio-organisationnelle, si ce n'est économiste de la routine, dans le sens qu'elle l'associe à « quelque chose qui nous est imposé » dans la société de consommation dans laquelle nous vivons.

Tu n'as pas le choix d'avoir une routine certaine, parce que même si tu changes à tous les six mois de routine, il faut que tu en aies une pendant un certain temps, parce qu'un travail, ça inclut ça, un stage, ça inclut ça. [...] Quelqu'un sur l'assistance sociale, même s'il dispose de toutes ses journées, son montant est quand même routinier, il reçoit le même montant à chaque premier du mois ».

Relativisation de la routine étudiante

Bien qu'elle considère les individus en quelque sorte contraints à une routine par leurs habitudes de consommation, Léa affirme qu'en tant qu'étudiante à l'université, il est difficile d'avoir un horaire fixe. « Il y a des plages où tu es obligé d'aller travailler à l'université, c'est juste avant les examens, et après les examens, cette plage-là, tu vas l'avoir de libre, donc tu vas pouvoir faire d'autres choses ». Elle perçoit ainsi les étudiants moins concernés par la routine, par opposition aux individus travaillant quarante heures par semaine. « En allant travailler, c'est une routine que tu t'imposes donc peut-être que structurer ton temps après, vu que tu n'en as pas beaucoup, c'est plus important ». D'ailleurs, elle associe le fait de se soumettre à un horaire plus strict – se rendre au *gym*, faire partie de l'équipe de basket-ball de l'université ou encore consommer des repas « préalablement préparés à 6h30 du matin » – à une sorte de « perfection » ne pouvant être atteinte que par peu d'étudiants.

4.2.4.2 Rapport au temps : un rejet des obligations rigides

Léa estime les individus « trop pressés » dans tout ce qu'ils accomplissent dans leur vie quotidienne, et cette course permanente les rendrait excessivement stressés. « C'est terrible, la notion du temps, on n'a jamais assez de temps pour tout ce qu'on veut faire dans une vie ». Les institutions, selon elle, s'avèrent « trop rigides » envers les individus, qui, malgré des rythmes de vie, de travail et de production différents, doivent constamment s'adapter à leur fonctionnement et non le contraire, ce qu'elle déplore. Par exemple, elle considère « ridicules » les délais accordés pour la remise des travaux à l'université et la conception selon laquelle un certain nombre de choses doit être fait en un temps précis. « On avait trois semaines pour faire un projet en sculpture, ce qui est excessivement peu. En art, c'est "produis, crée en un certain laps de temps" et après c'est l'exposition, tu t'arranges comme tu veux mais il faut que ça soit le meilleur de ce que tu peux donner ». Avec toutes ces pressions institutionnelles, les individus, selon elle, aspireraient sans cesse aux vacances, qui s'apparentent en quelque sorte à un « temps suspendu », en raison du moindre nombre d'obligations qui les caractérise. « Les vacances, c'est sûr que tout le monde aime ça et c'est le temps idéal, parce que tu n'as pas de limites fixées, [...] c'est la liberté de choix, [...] on n'est pas obligés de se rendre à un endroit à tel moment ». Elle considère donc que les individus – ce qui l'inclut –, pour être moins pressés et stressés, devraient davantage « se centrer sur eux-mêmes, [...] respirer, et prendre leur

temps ». Ainsi, malgré son besoin de se tenir constamment occupée – lorsqu'elle n'a rien à faire, elle évite de « s'asseoir chez elle » et en profite pour se promener au centre-ville, aller à l'école ou s'acheter un livre –, elle tente à son tour de « s'arrêter un peu », en accordant plus de temps à « son social » ou à la pratique de différents sports. « J'ai souvent remis des travaux en retard, et mon travail n'a été que meilleur vu que j'ai eu un délai plus long ».

4.2.5 Projets à long terme

Léa considère l'avenir comme « une notion floue », ce qui la prive de voir « à trop long terme » ou d'élaborer de lointains projets. « On est trop dans une société basée sur le moment présent. S'il y a des événements ou un fait extérieur que tu ne peux pas contrôler qui viennent intervenir sur tes plans à long terme, je n'aime pas me donner des plans et être déçue ». Quoi qu'il en soit, elle désire, à court terme, « continuer l'université » dans un domaine pas encore déterminé et chercher un emploi d'été. « Je n'ai pas envie de diriger mon destin, [...] c'est vraiment à court terme que je vois parce que ma prochaine décision peut vraiment changer le cours de tout ».

MARCEL

4.3 Marcel : l'organisation serrée**4.3.1 Portrait**

Marcel, 22 ans, est étudiant à la maîtrise en composition à l'Université de Montréal depuis l'automne 2009. Pendant l'année scolaire, il occupe deux emplois à temps partiel : il enseigne le piano à Saint-Jérôme et anime des ateliers à l'Université de Montréal à titre d'auxiliaire d'enseignement. L'été, il travaille pour trois festivals de musique. « Ce que j'aime particulièrement, c'est d'être dehors, contrairement à l'école où on est souvent pognés en dedans ». Marcel s'implique également dans la vie étudiante, à titre de trésorier dans une association étudiante de sa faculté.

Avant de quitter le foyer parental il y a quatre ans – il avait alors 18 ans –, Marcel vivait à Saint-Jérôme avec sa mère. Il a décidé de déménager à Montréal pour, en premier lieu, se rapprocher de son lieu d'étude, l'Université de Montréal, et d'autre part, parce qu'il se sentait de plus en plus « étouffant » pour ses parents. « Je suis quelqu'un de très exigeant et ils ne faisaient pas nécessairement les choses comme je voulais, [...] alors on se chicanait tout le temps ». Vivre dans son propre appartement revenait ainsi pour lui à « pouvoir se sentir chez moi plutôt que chez quelqu'un d'autre », et lui permettait de « gérer sa vie » comme il l'entendait. Par ailleurs, habiter à Montréal répondait à son besoin de vivre davantage, « culturellement parlant », puisqu'il « profite de la ville » à sa guise en visitant les petites boutiques et en sortant plus souvent au théâtre, par exemple. « Comme je vis dans un milieu où il faut que je voie de la culture pour pouvoir en créer, c'est beaucoup plus pratique de savoir que je peux aller voir un concert à tous les soirs ».

Depuis qu'il vit à Montréal, Marcel a habité dans deux appartements avec, pour chacun, deux colocataires. Le premier appartement se situait dans un bloc à la limite des quartiers Côte-des-Neiges et Outremont, et le second, dans lequel il vit actuellement, se trouve dans un logement de type duplex à Villieray, qu'il considère comme un « classique » de Montréal. « J'aime ce côté-là de la ville, [...] il y a des arbres et il y a plein de duplex avec des marches ». Il y a emménagé au printemps 2008 avec deux colocataires masculins. Bien que le premier appartement lui plaisait, en raison notamment

de sa localisation à proximité de l'université, il préfère largement l'espace – un 6 ½ qui s'étend sur deux étages –, la salubrité et l'emplacement du second. « Je voulais un appartement sans coquerelles [...] avec pas mal plus de français dans les oreilles [...] parce que dans le coin où j'étais, j'entendais presque tout sauf le français et ça faisait comme une pression aux oreilles ». Ainsi, il apprécie le caractère résidentiel, peu « oppressant », et plus « tranquille mais proche de tout » de Villeray et, connaissant mieux le fonctionnement des transports en commun montréalais, juge tout de même ne pas être trop loin ni de l'université ni de son lieu de travail, Saint-Jérôme. « Je trouve que Villeray respire bien, [...] les voisins sont gentils, [...] il y a du soleil, un parc proche, [...] il n'y a pas beaucoup de commerces dans le coin, mais j'ai une petite boucherie, une boulangerie, une quincaillerie et une épicerie pas trop loin ».

Quitter le foyer parental n'a pas bouleversé Marcel. Se sentant déjà responsable et autonome depuis qu'il perçoit un revenu, il affirme n'avoir traversé « aucune période d'adaptation » et avoir « gardé à peu près le même mode de fonctionnement » après sa décohabitation. « Je n'ai pas changé de personne en quittant le foyer, il n'y a aucune différence entre moi à la maison ou pas ». Il se considère stable, sérieux, unifié, avec peu « d'idées contrastantes [...] et « bien dans sa peau », une personne organisée et qui pense à tout, son sens des responsabilités et du contrôle lui valant les rôles de « papa dans le groupe » ou de « boss » dans la place. « Chez-moi, c'est moi qui récolte tous les comptes, et s'il y a quelque chose qui ne va pas, c'est moi qui dit "fais ci, fais ça". Je ne suis pas un dictateur, en général quand je le demande, c'est parce que ça a de l'allure que ça soit fait ».

Participation aux entretiens

Marcel exprime ses idées directement, avec subtilité et en très peu de mots. Il fait souvent appel à la logique et au sens commun.

4.3.2 Première définition de la routine

Pour Marcel, la routine représente « quelque chose qui se répète à chaque semaine, qui planifie les grandes lignes de ce que tu as à faire, par exemple en termes de tâches ménagères, [...] ou juste des petites activités qu'on fait à chaque semaine ou à chaque jour ». Dans sa vie, les activités qu'il juge

routinières s'apparentent à aller à l'école, faire l'épicerie, le lavage, le ménage et, dans une certaine mesure, composer. « Il faut que j'en fasse à chaque jour, donc techniquement, il faudrait que je prévoie une période à chaque jour mais ce n'est pas routinier dans le sens que c'est créer, donc ce n'est jamais pareil », la routine comportant également un côté « un peu formaté d'avance » limitant la création. Néanmoins, être sans routine entraverait le déroulement de sa journée. « La routine, ce n'est pas supposé être quelque chose de spécial. C'est quelque chose de spécial si je ne le fais pas ».

4.3.3 Routines vécues

4.3.3.1 Routines collectives : l'expression et la cohabitation des spécifications

Selon Marcel, en plus de son caractère ouvert, Montréal recèle une vie sociale et culturelle particulièrement riche. « Par rapport à pas mal de places au Québec, la vie n'arrête pas à partir de neuf heures, [...] il y a plus de choses à voir, comme tous les théâtres, toute la musique ». Il apprécie que les différents quartiers développent leur personnalité à travers les petits commerces qui y survivent, ce qui distinguerait Montréal des banlieues « où tout est englobé dans les centres d'achat. Il y a beaucoup de choix, je peux aller dans une boulangerie portugaise, un restaurant italien, dans Chinatown, [...] il y a plus de spécifications parce qu'il y a beaucoup de monde ».

4.3.3.2 Routines organisationnelles : un horaire finement découpé, assurance contre les imprévus

Des routines quotidiennes, hebdomadaires et annuelles ponctuent la vie de Marcel, associées aux cours et aux emplois. « Travailler, c'est fixe, quand j'ai un cours, c'est fixe, puis je m'arrange pour tout faire ce que j'ai à faire autour de ça ». Ainsi, comme il le faisait au foyer parental, il amorce chaque journée en se lavant et en déjeunant dès le réveil, dont l'heure peut varier entre cinq heures trente du matin et dix heures – tout comme celle du coucher, fluctuant entre vingt-trois heures et trois heures du matin. « Je n'aime pas niaiser, donc le matin, je me lève et je suis prêt, [...] la journée part, c'est comme une routine à plus petite échelle, [sans laquelle] je me sentrais sale ». Il poursuit les journées qu'il considère typiques de son style de vie en se rendant à l'université pour un cours, son emploi ou pour y faire des travaux, avant de revenir chez lui en après-midi, souper, et entamer ses

activités du soir, variables. « Le soir, ça dépend, je n'ai vraiment pas de routine, [...] je fais des travaux, je vais voir un ou une ami(e), je vais voir mon chum, tout peut se cumuler ou pas, [...] je peux ne rien faire de six heures du soir jusqu'à minuit et soudainement commencer à travailler pendant deux heures ». En effet, il considère avoir besoin d'un « certain niveau de concentration » parfois difficilement atteignable le soir, pour s'adonner à son activité principale, la composition.

En ce qui concerne les routines hebdomadaires, Marcel est inscrit, pour la session d'hiver 2010 à deux cours à l'université, les mardis et mercredis matin. Les jeudis, il se consacre à son emploi d'auxiliaire d'enseignement, à l'université également. « Il y a un atelier le matin et un l'après-midi donc je fais à peu près juste ça de ma journée [...] et après ça, je suis au bout du rouleau ». Les vendredis et samedis, il enseigne le piano à Saint-Jérôme. « Comme je travaille là-bas, [...] je dors là, du vendredi au samedi, puis j'en profite pour rendre visite à ma mère ». Il perçoit enfin les dimanches comme des journées un peu plus spéciales et moins caractéristiques de son style de vie, les passant avec son copain, car il se « lève à midi et ne fait rien », mais ne délaisse pas les travaux pour autant. « Même si je ne suis pas à mon bureau, j'y pense quand même dans ma tête, ça vole toujours, peu importe ».

Enfin, Marcel considère la routine annuelle comme divisée en deux séquences, le temps de l'école et l'été, caractérisé par une « job plus régulière dans les festivals. [...] C'est deux modes, [...] c'est juste que la préoccupation principale, ce n'est plus l'école ou faire mes travaux, mais c'est le travail, [...] je suis sur le terrain à peu près douze heures par jour ».

Par ailleurs, puisqu'il étudie à la maîtrise, l'horaire de Marcel est moins chargé en termes de cours, ce qui l'amène à se sentir dans un constant « *work in progress* ». Ainsi, il ne distingue pas vraiment les jours selon leur statut de travail, étude, congé. « Toutes les journées sont comme des fins de semaine, donc il faut que je fasse mes travaux, [...] je n'ai plus la notion de journée de congé, ni de mi-session, ni de fin de session, parce que je suis toujours en train de travailler ». De la sorte, il peut « souvent penser à dix choses en même temps », ce qui l'amène à organiser son emploi du temps en dressant des listes de « petites choses à faire » – par opposition aux « grandes étapes qui reviennent à chaque jour » comme composer. Se construit alors un horaire « à plages ouvertes, [...] en constante modification. Quand j'ai beaucoup de petites choses à faire et que je ne veux rien oublier, [comme aller à la quincaillerie], je vais commencer à les écrire, [...] et c'est l'heure à laquelle je me réveille qui

détermine l'ordre des priorités ». Ainsi, il anticipe le déroulement de chaque journée selon les tâches à accomplir et prévoit même les imprévus, qu'il n'apprécie pas. « C'est naturel, c'est un automatisme, [...] je pense à tout ça pour que si ça arrive, je sache quoi faire, [...] c'est une question d'assurance peut-être, de savoir qu'on va pouvoir réagir ». Enfin, être à l'heure s'avère « extrêmement important » afin de ne pas ébranler son horaire. « Quand on dit qu'on va être là à une certaine heure, moi je prévois les choses en conséquence ».

4.3.3.3 Routines occupationnelles : du plaisir seul ou en groupe, selon le temps qu'il fait

Lors de ses temps libres, Marcel s'adonne à plusieurs loisirs qui s'avèrent routiniers selon la saison ou le temps qu'il fait. Ainsi, l'été, ou quand la température le permet, il aime « profiter de l'air » en marchant, en se rendant au parc pour jouer au badminton, au frisbee ou bronzer, en faisant du vélo, en prenant des photos ou encore en faisant le marché. L'hiver ou lorsqu'il reste à l'intérieur, il s'occupe en lisant – le *National Geographic*, entre autres, qu'il se procure à tous les mois –, en jouant du piano « pour s'amuser » ou en apprenant le hongrois. En tout temps, il s'entraîne trois fois par semaine et socialise en visitant des amis ou en allant prendre un verre. Enfin, il possède également des routines de magasinage puisque, même s'il ne pratique pas l'activité en soi de façon régulière, il affirme ne jamais acheter de vêtements déjà portés et de toujours suivre un itinéraire précis pour ses achats. « Il y a toujours une ligne de lieux que je fais, c'est McGill et tout le centre commercial souterrain, [...] pour les styles, les couleurs, les saisons ».

4.3.3.4 Routines liées à la reproduction de la vie : planification et initiative au service de l'ordre spatial et temporel

Puisqu'il accorde autant d'importance à la propreté de son appartement qu'à bien s'alimenter parce qu'il « brûle beaucoup d'énergie », Marcel a développé plusieurs routines liées à la reproduction de la vie. Ainsi, appréciant l'ordre dans sa chambre et les pièces communes de son appartement, il s'applique à toujours remettre les objets à leur place après usage, dans la foulée de son éducation, surtout maternelle. « Tout est toujours rangé, [...] c'est comme ça que je me retrouve, [...] j'ai besoin de savoir où [les objets sont], je ne peux pas niaiser à chaque fois pendant une demi-heure à [les]

chercher ». Il n'hésite donc pas à avertir ses colocataires lorsqu'un « désordre » survient, ou plus rarement, à lui-même se charger du rangement. « S'ils ne font rien, je vais cogner à leur chambre et je fais "ce n'est pas à sa place", je vais simplement leur dire et ça se règle ».

En ce qui concerne le ménage, les trois colocataires se soumettent, chacun à leur tour et une fois par semaine en fin de semaine, au nettoyage de la salle de bains et, une fois par soir, dans la mesure du possible, au lavage de la vaisselle. Hormis ces deux routines, peu de tâches sont réglementées à l'échelle de l'appartement, la saleté et la poussière n'ayant pas trop « tendance à s'accumuler ». À l'occasion et au besoin, Marcel se résout à « un petit coup de balai » dans le salon ou la cuisine, ou encore, convie ses colocataires à ce que cela soit fait. Pour ce qui est du ménage au foyer parental, Marcel affirme n'avoir « jamais eu à le faire », sa mère s'en étant toujours chargée.

Plusieurs routines marquent l'approvisionnement, la préparation et l'ingestion des repas. Ainsi, Marcel fait son marché le lundi, mardi ou mercredi – parce qu'il a plus de temps libre –, et son épicerie le soir, lorsqu'il n'est pas trop occupé. Puisque les colocataires ne semblent pas « s'accorder » dans ce qu'ils mangent – « on ne mange vraiment pas la même chose » –, leurs commissions sont toujours séparées. Toutefois, il leur arrive de partager quelques produits alimentaires, comme certains légumes – les pommes de terre et les oignons, par exemple –, le lait, la farine ou les épices. Pour ce qui est de la préparation des repas, Marcel affirme cuisiner, depuis sa décohabitation, trois ou quatre fois par semaine, se contentant des restes les autres jours de la semaine. « J'y pense le matin et, admettons qu'il faut décongeler de la viande, je la sors en conséquence ». Ses repas consistant en un « mix de recettes et d'improvisation », il s'efforce de se concocter des plats riches en protéines pour pallier à un éventuel et périodique manque de sommeil, sans jamais oublier son essentielle pomme par jour. La préparation et l'ingestion des repas sont également individuelles, hormis quelques exceptions : « On mange tous ensemble parce qu'il y a un ami commun qui vient ou quelque chose comme ça, sinon non, parce qu'on ne mange jamais aux mêmes heures. Donc faire des repas en commun, ça serait un peu comme cuisiner pour tous les autres, et tous les autres mangent plus tard ».

Enfin, Marcel affirme devoir toujours souper « entre cinq heures et sept heures » afin d'éviter de « mourir de faim », les repas ayant toujours eu lieu à une heure fixe au foyer parental.

4.3.3.5 Routines liées à l'hygiène mentale : se retrouver par l'écart des attractions collectives

Pour décompresser, d'une part, Marcel joue du piano, cuisine ou sort pour une marche. D'ailleurs, alterner la composition et la marche lui semble particulièrement bénéfique afin d'éviter de s'enliser dans ses pensées, sans que celles-ci ne « puissent aller librement, s'aérer ». D'autre part, il semble que se retrouver chez lui – donc une routine liée à l'espace –, loin des bruits et des bars du centre-ville, est synonyme de paix et sérénité. « C'est le fait de savoir que quand je rentre chez nous, tous les individus veulent rentrer chez eux et juste être bien ». Ainsi, il apprécie spécialement le fait de se situer « le long de la ligne orange, le long de Saint-Denis et Saint-Laurent » afin d'être « à l'écart tout en étant proche quand même, pour pouvoir prendre une pause. [...] Il y a juste des maisons, il n'y a pas de divertissement vraiment, donc quand j'arrive chez moi, c'est chez moi ». Il s'y sent également en sécurité et bien entouré, ce qui contribue à son hygiène mentale. « Tout le monde se dit bonjour, [...] l'été, on a souvent les deux portes de chaque côté d'ouvertes, on n'a pas peur, [...] je peux laisser quelque chose sur ma galerie en sachant qu'il ne va pas se faire vandaliser ».

Quant à l'appartement, il n'est pas divisé de façon territoriale – « il n'y a pas de "ça c'est à toi, ça c'est à moi" » –, ce qui fait que Marcel s'y sent chez lui partout. Cependant, il y préfère des endroits à d'autres, et y appose sa marque de façon plus prononcée. D'abord, sa pièce favorite demeure sa chambre, comme elle l'était au foyer parental, et source de routines. « Je l'ai aménagée comme je voulais, j'ai mon coin lit, mon coin bureau, mon coin piano, [...] c'est là que je fais mes devoirs, que je travaille, que je dors, [...] j'ai aussi une grande fenêtre qui donne sur le sud donc tout l'après-midi, j'ai du soleil ». En continuité avec le foyer parental, alors « vers l'est », l'ensoleillement de la chambre s'avère essentiel, cette pièce représentant son « lieu ». « Ça va de soi, [...] c'est ma chambre, donc c'est un peu plus chez nous que le reste de l'appartement, [...] c'est classé comme moi je le vois dans ma tête donc c'est connecté ». Ensuite, le salon, pour se retrouver en groupe, et la cuisine, en raison de son plaisir à cuisiner, s'avèrent aussi appréciés et il considère cette dernière également davantage à son image. « C'est moi qui ai décidé de la disposition de la vaisselle et des outils, j'ai posé les tablettes en fonction de comment moi je cuisinais parce que les autres cuisinent moins ». Enfin, il fréquente le moins possible la salle de bains et le sous-sol. « La toilette, c'est plus petit, [...] le sous-sol n'est pas fini et [...] c'est vraiment bordélique, je n'y vais jamais ».

4.3.3.6 Routines liées aux moyens de communication : effet paradoxal, surstimulant, isolant et aussi, calmant

Selon Marcel, l'utilisation fréquente des technologies fait partie du mode de vie des individus de son âge. « C'est ancré en nous, on est nés avec ça ou presque, dans nos mains ». Bien qu'il estime que celles-ci occupent « probablement trop de place » dans la vie des individus, il leur attribue un effet « tranquilisant. C'est classique, [...] on est plus collé à notre ordinateur qu'aux gens, donc on perd du temps pour communiquer avec les gens là-dessus au lieu de communiquer avec eux en vrai. Peut-être que ça isole un peu, mais en même temps, [...] ce côté isolant peut calmer ». Le concernant, il considère perdre beaucoup de temps à flâner sur son ordinateur portable au lieu de travailler sur ses projets et ce, même lorsqu'il habitait au foyer parental. « Ça passe le temps plus vite », ce qui, avec les horaires très chargés (cf. 4.3.3.2), traduirait une éventuelle angoisse souterraine. Il se sert de son *ipod* pour ses listes de tâches quotidiennes et, lorsque la concentration lui manque pour la composition, s'adonne au clavardage, regarde la télévision avec l'un de ses colocataires ou navigue simplement sur Internet. « Je ne regarde jamais la télé sauf si mon colocataire la regarde ».

Pour ce qui est des routines de déplacement, Marcel utilise l'autobus, le métro et, en été, son vélo, lorsqu'il dispose d'un endroit sécuritaire pour l'y laisser.

4.3.4 Avis sur routine et temps

4.3.4.1 Rapport à la routine : instinctive, essentielle, mais aux effets possiblement contradictoires

Marcel considère les activités routinières comme « des automatismes, des réflexes » qui font partie de soi. « Ce n'est pas quelque chose sur lequel je m'arrête pour y penser, c'est normal plus que décidé ». Ainsi, il compare sa routine du matin consistant à se lever, se laver et déjeuner à « un chemin » qui l'aide à amorcer sa journée et à être efficace. D'ailleurs, parmi les membres de sa famille et au foyer parental, la routine prenait une importance certaine, ce qui, selon lui, a influencé son propre rapport à la routine et sa propension à l'organisation. Ainsi, par exemple, l'horaire de sa grand-mère qui vit à la campagne se tisse autour de nombreuses routines quotidiennes – comme l'heure des repas ou l'ordre des émissions à suivre à la télévision –, hebdomadaires – incluant

l'assistance à la messe ou l'approvisionnement alimentaire –, ou encore annuelles – s'apparentant au temps des foins. « Évidemment, quand tu es plus jeune, il faut que tu suives ces heures-là mais, à mesure que tu grandis, tu respectes ça ou tu t'arranges autrement ». Les routines s'apparentent alors à « quelque chose de fondamental autour duquel il tourne » dans sa vie, que celles-ci soient adoptées au foyer parental et perpétuées ou nouvellement instaurées.

Cela dit, Marcel se considère comme « quelqu'un de routinier mais pas tant que ça. Je pense que je suis routinier juste parce que je planifie à l'avance et que je prévois ce qui peut arriver mais ça ne veut pas dire que je vais le suivre », ce qu'on pourrait associer à un mécanisme de contrôle de l'usage de son temps. Ainsi, il partage les acceptions – issues de recherches ou d'articles – qu'il estime en vogue dans l'espace public au sujet de la routine, à savoir « c'est sécurisant, [...] c'est bien, mais pas trop, sinon ce n'est pas bien, [...] c'est comme n'importe quoi, trop c'est comme pas assez ».

4.3.4.2 Rapport au temps : une ressource à ne pas perdre

Marcel estime les Montréalais « conscients » de l'importance de chaque minute et, de la sorte, constamment occupés, contraste avec les habitants hors métropole, ce qu'il apprécie puisque « ça permet d'accommoder le plus de monde possible. [...] Ici, la journée ne finit jamais. [...] À Saint-Jérôme, [...] la journée finit vraiment à cinq heures, après ça on rentre chez-nous et on ne fait plus rien ». Il se considère ainsi « toujours en train de courir », branché en permanence sur son « cadran qui roule. Quand on veut faire beaucoup de choses dans la vie, il faut essayer de perdre le moins de temps possible ».

4.3.5 Projets à long terme

L'avenir demeure nébuleux. « J'en suis à un point de ma vie où justement, je ne sais plus ce qu'il y a après. [...] J'ai beaucoup de projets, il faut faire un choix, et c'est pour ça que je n'en ai aucune idée ». Ainsi, il hésite, après la maîtrise, entre, notamment, continuer ses études ou pas, dans l'affirmative au Québec ou à l'étranger, en musique ou dans un autre domaine. Pour l'instant, il lui tarde de finir sa maîtrise, essoufflé par l'aspect « je dois me rendre » du cadre scolaire.

SOPHIE

4.4 Sophie : aisance, spontanéité et espace propre pour des occupations plaisantes**4.4.1 Portrait**

Sophie, environ 23 ans, est étudiante au baccalauréat en psychoéducation à l'Université de Montréal. Parallèlement, elle occupe deux emplois à temps partiel, premièrement en sensibilisation au sein d'une organisation où elle s'adonne à la prévention de la toxicomanie dans les écoles secondaires et, deuxièmement, dans un centre d'information sur les jeux de hasard et d'argent.

Avant de quitter le foyer parental il y a un an et demi – elle avait alors environ 21 ans –, Sophie vivait à Saint-Eustache avec ses parents. Trouvant la distance avec l'université « problématique » – elle y entamait alors sa deuxième année –, elle a décidé de déménager à Montréal. Du coup, ses déplacements – surtout nocturnes – sont plus faciles grâce aux transports en commun, et elle gagne par ailleurs davantage d'autonomie et d'espace, « au sens propre et figuré. [...] J'ai quitté parce que je voulais mon autonomie, [...] la dimension d'avoir sa vie à soi, [...] mettre les murs de la couleur que je veux, aménager ma chambre sans me faire dire "ben voyons, ça n'a pas d'allure" ». Ainsi, elle reconnaît qu'il régnait au foyer parental de légères « tensions » entre ses valeurs, son mode de vie et ceux de ses parents – « mes parents sont plus traditionnels, l'ancien esprit [...] et on se [dérangeait] un peu dans nos routines » – si bien que pouvoir faire ses propres choix revêtait une grande importance pour elle, notamment en ce qui concerne la cohabitation. « Je suis enfant unique donc la dynamique à trois, ça peut être tendu des fois, [...] [j'avais besoin] de choisir avec qui je voulais habiter, [...] plutôt que "c'est comme ça parce que c'est comme ça" ». Enfin, la retraite de ses parents à la campagne a également contribué à sa décision de déménager.

Depuis qu'elle vit à Montréal, Sophie a habité dans trois appartements. Le premier, un 5 ½ partagé avec deux amies de longue date, et le second, se situant dans un immeuble à logements où elle vivait au troisième étage avec trois colocataires masculins dont son copain, se trouvaient dans le quartier Côte-des-Neiges. Tous deux lui plaisaient beaucoup en raison de leur proximité de l'université, du métro et des services, ainsi que – et surtout – de leur voisinage, ce qui contribuait à l'y faire sentir

chez elle. « [Avec les filles], on s'était fixé entre Côte-Sainte-Catherine et Queen-Mary comme étant le secteur qui nous intéressait, pour des raisons d'environnement urbain, pour ne pas avoir de poubelles éventrées devant chez toi, [...] et pour moins entendre des gens crier la nuit ». Son troisième et actuel appartement, quant à lui, se situe dans un « duplex-triplex » dans le quartier Villeray et constitue une zone de transition entre son appartement précédent et le prochain. « C'est sûr que je ne suis pas dans mes affaires et je ne vais pas rester non plus, [...] je suis ici pour un bout de temps en attendant, [...] ça a juste bien adonné parce qu' [un ami] devait quitter et moi je cherchais donc c'est une opportunité ». Elle y habite depuis janvier 2010³⁶ – elle se dit d'ailleurs « encore en adaptation » – avec trois autres colocataires masculins depuis que la dynamique du second appartement ne lui convenait plus.

On se [donnait] un équilibre les quatre ensemble, ça [marchait] bien, [...] je pense qu'on est tous complémentaires, [...] [mais] moi comme individu, [mon copain] comme individu, nous comme couple, nous comme colocataires, couple colocataire, ça s'en venait tendu et chacun de notre côté, on a décidé qu'on s'aimait beaucoup et qu'on voulait rester ensemble et que pour ça, ça impliquait que chacun ait son autonomie.

Elle apprécie donc « le calme » et l'esprit « zen » propres à ce troisième logement – « ce que j'aime beaucoup, c'est de pouvoir avoir une bulle, ou avoir mon espace, ce qui était impossible à l'autre appartement parce qu'il y avait trop de mouvement » – ainsi que le caractère résidentiel, tranquille, du quartier Villeray propices à la réflexion et à la relaxation dont elle avait besoin – « je ne savais pas vraiment où j'en étais » –, mais admet toutefois s'ennuyer de Côte-des-Neiges. Ainsi, elle affectionnait particulièrement l'« espace de vie », le « dynamisme », les relations de voisinage et les nombreuses possibilités de sorties et de rencontres qu'offrait la rue – et le quartier – Côte-des-Neiges, en raison de son caractère commercial et de sa fréquentation étudiante, la « vie de quartier », dans Villeray, affichant moins de « possibilités ».

[Dans Côte-des-Neiges], il y a plus de vie la nuit, [...] il y a les bars, beaucoup de petites boutiques, [...] c'est facile de sortir, [...] de vivre, de passer du temps, [...] d'aller faire des trucs [...]. J'allais au resto, faire mes commissions, [...] je traversais la rue, j'allais étudier dans un café, [...] les cafés, en général, j'adore aller là [...]. Je connaissais ma voisine, [...] on était capable de se dire bonjour, [...] [tandis que dans Villeray], je ne connais pas les voisins [...]. Il y a la petite épicerie, la petite boulangerie, [...] et la rue me sert à aller au dépanneur et à parquer ma voiture, ça finit là.

³⁶ Un mois et demi environ avant la première entrevue.

Quitter le foyer parental n'a pas été difficile pour Sophie en raison, entre autres, du soutien financier que lui ont proposé ses parents. La décohabitation semble également lui avoir apporté beaucoup de liberté, ce qu'elle trouve particulièrement « agréable. [...] Je trouve merveilleux de pouvoir faire ce que je veux sans me faire dire quoi que ce soit [comme "tu es rentrée tard hier"], [...] de ne pas avoir de contraintes dans les choses que je veux faire, [...] il n'y a pas cette critique de mon mode de vie que ma mère fait toujours ». D'ailleurs, elle qualifie son mode de vie d'« éclaté et imprévisible » – « je change beaucoup d'idée, [...] j'ai des projets complètement tordus qui n'ont pas de sens, pour arriver le lendemain et dire "oh, non finalement ça ne me tente plus, je vais faire ça à la place" » – et ne se considère « pas forcément unifiée » entre ses différents rôles sociaux. « Sophie au travail n'a rien à voir avec Sophie à la maison, ce sont même des opposés, Sophie en famille est pas mal plus sage que Sophie à la maison quoique plus éclatée qu'au bureau ». Enfin, singulière et « pas encore une grande personne », selon elle, par sa spontanéité et sa maladresse, elle estime « déranger tout le temps, [...] détonner, [...] et sortir du décor. [...] J'ai le don de dire ce qu'il ne faut pas, d'être celle qui s'accroche dans le tapis avec son café en plein milieu d'une soirée, puis qui en met partout ».

Participation aux entretiens

Le discours de Sophie est très riche en détails et explications. À travers ceux-ci, également, elle n'hésite pas à faire preuve d'autodérision.

4.4.2 Première définition de la routine

Sophie se représente la routine comme « un pattern d'actions, [un patron de comportement entrepris] relativement chaque jour [...] ou de façon très régulière, qui est une façon typique de [vivre], de réagir, de planifier ». Les activités qu'elle estime routinières puisque répétitives dans sa vie s'apparentent, par exemple, à se lever et fumer une cigarette tous les matins, ne pas déjeuner, faire l'épicerie, regarder un film en soirée avec son copain ou encore aux fonctions qu'elle doit remplir au travail « qui, souvent, reviennent pas mal tous les jours ou toutes les semaines ». Ces actions correspondent, selon elle, à des « automatismes dont on ne se rend pas compte » mais dont on remarque l'absence. « On dirait que je me sens d'une façon particulière quand je ne peux pas avoir

ces activités-là, [...] il y a comme le "hey" qui se passe dans ma tête, [...] quand cette routine-là change, [...] il y a un petit déséquilibre qui me force à agir autrement ».

4.4.3 Routines vécues

4.4.3.1 Routines collectives : vacarme, hâte, individualisme et froideur architecturale mais richesses ethno-culinaires

Sophie perçoit Montréal comme une ville bruyante et pressée et la différencie sur plusieurs points de la banlieue. « Tout va vite souvent, [...] juste quand on marche dans le métro, si on marche lentement, on va se faire dépasser rapidement, on bloque la circulation ». Également, selon elle, le calme s'y fait « rare » – « il y a tout le temps des gens autour de nous » –, tout étant accessible grâce aux transports en commun, même la nuit. D'autre part, elle y estime difficile de connaître ses voisins, les individus de la ville s'en souciant peu, selon elle. Enfin, elle se désole de la « laideur architecturale – [...] trop de béton – », mais apprécie son caractère multiethnique, plus précisément dans le domaine de l'« exploration culinaire. [...] Je me limitais à ce qu'il y avait dans le frigo, maintenant j'achète, c'est le fun Montréal, il y a plein de boutiques asiatiques, thaïlandaises, africaines, ce que tu veux, [...] c'est vraiment loin du IGA de banlieue que j'ai connu, vraiment, ça j'aime ça ».

4.4.3.2 Routines organisationnelles : une structure hebdomadaire décontractée, mais des journées au départ précipité par des heures de coucher tardives

D'un point de vue organisationnel, il existe des routines quotidiennes, hebdomadaires et annuelles, articulées principalement, pour Sophie, autour des emplois qu'elle occupe et, secondairement, autour de ses études. Ainsi, elle travaille de manière fixe quatre jours par semaine – « cette routine-là ne change pas » –, les mardis et vendredis à la sensibilisation, et les samedis et dimanches au centre d'information sur les jeux de hasard. Le mercredi est consacré à son unique cours d'université qu'elle suit à distance. Elle bénéficie donc de deux journées de congé par semaine, le lundi et le jeudi, lors desquelles elle peut prendre du temps pour elle, « relaxer, faire mes choses à mon rythme, me lever à l'heure que je veux, complètement décrocher puis remettre mes obligations à plus tard ».

Sophie amorce et termine ses journées de travail avec des routines de lever et de coucher qu'elle juge hors du commun puisque

sur un autre mode de vie que les autres. [...] Je me couche souvent tard, [...] après onze heures généralement, [...] j'ai beaucoup de difficultés à me coucher tôt et à me lever tôt aussi, ça c'est depuis toujours. [...] [Au foyer parental], je pouvais me lever à onze heures, midi, une heure, et ça dérangeait bien gros [ma mère] [...] parce qu'elle savait que je vivais la nuit. [...] J'adore dormir, [...] je n'aime pas me lever, [...] le réveil et le matin [sont] absolument difficiles, c'est une horreur, [...] je ne suis pas tellement *parlable* le matin.

Ainsi, ses journées de travail démarrent dans la hâte et la désorganisation, selon elle – du fait de son réveil précipité –, par une série constante de routines :

C'est compliqué pour moi, [...] je mets deux alarmes différentes sur mon cellulaire pour être sûre de me lever le matin, [...] je *snooze* mon cadran beaucoup trop, je me lève en retard à 7h45, [...] il y a quinze minutes de préparation que je perds en sommeil donc là je cours un peu, [...] je m'habille [...] en ayant pris ma douche la veille parce que je sais que je ne me lèverai pas le matin pour la prendre, [...] je fume une cigarette, si le café est déjà fait je m'en sers un sinon je ne prends pas le temps de m'en faire, je me brosse les dents et je pars travailler à huit heures avec mon auto, [...] je me ramasse quelque chose sur la route, [...] quand je conduis, c'est clair que je vais m'allumer une cigarette, [...] je prends tout le temps le même chemin, [...] j'arrive au travail [...] et je tourne en rond pour essayer de trouver un parking dans le Vieux-Port. [...] Généralement, je fais du café en arrivant au travail.

Le reste de sa journée de travail, en général, se déroule avec moins d'empressement, « sur le rythme habituel. [...] La routine de travail est pas mal tout le temps la même, [...] je vais travailler de façon *un peu comme je le sens* avec les dossiers que j'ai à faire ». Pour ce qui est de la soirée, « moment idéal » quotidien où Sophie estime avoir beaucoup d'énergie, s'il n'y a rien de planifié, il semble qu'un « univers de possibilités [...] n'ayant de limites que les moyens financiers » s'offre à elle et à ses colocataires, contribuant à son heure de coucher avancée. « Je peux décider que j'ai vraiment besoin de coudre un nouveau sac maintenant, [...] ou juste m'asseoir pour jaser [avec un verre de vin] et échauffer un projet mégalomane et irréaliste genre "on part à San Francisco maintenant" ».

Enfin, deux périodes – et leurs routines propres – marquent l'année de Sophie, lors desquelles « la vie devient beaucoup plus organisée » et « l'horaire indispensable », Noël – et ses réunions de famille – ainsi que le début de l'année scolaire. Lors de ce dernier, Sophie affirme essayer « l'ultra-

organisation », ce qui ne semble pas fonctionner. « Je ne réussis jamais à les suivre, ces horaires-là, utopiques complètement où je serais l'étudiante ultra-modèle, [...] je reviens rapidement sur mes vieilles habitudes et je retrouve mon confort ».

Sophie qualifie son rythme de vie de « relax », son horaire ne s'avérant pas surchargé, selon elle. « Je suis quelqu'un d'assez paresseux dans la vie, [...] je prends ça très *un jour à la fois*, [...] souvent mes projets se décident la veille ». À ce propos, elle affirme ne planifier que le nécessaire, à savoir le temps de qualité avec son copain, ses travaux scolaires – « j'ai des *post-it* [dans mon agenda] avec les travaux qu'il faut que je fasse et je tasse le *post-it* de page quand je n'ai pas eu le temps de le faire » –, les rencontres plus formelles impliquant des « horaires non cohérents », les autres sorties s'organisant « sur le moment » ou « au jour le jour ». Elle utilise également son agenda pour se remémorer son heure et lieu de travail et y être fiable en étant toujours à l'heure dans les « situations formelles qui impliquent le travail ou l'école – [...] avec le temps, j'ai appris à toujours partir à l'avance – », par opposition aux rencontres liées aux loisirs et entourant des « relations interpersonnelles. Enfin, le retard des autres la dérange seulement s'il entraîne des « conséquences [...] [sur] le reste de ce que je dois faire ».

4.4.3.3 Routines occupationnelles : du temps pour elle ou avec les autres pour des loisirs spontanés et captivants

Sophie s'adonne à des activités de loisir lors de ses temps libres, c'est-à-dire en soirée si elle travaille, ou pendant ses journées de congé. « Mes loisirs, [vastes et imprévus] sont répartis aux moments où il n'y a rien de prévu, mais c'est la seule répartition ou planification qui existe, [...] [ils] se décident beaucoup sur le coup ». Elle consacre ces moments, d'une part, à la socialisation en appelant ou en recevant des amis, en sortant, en allant déjeuner au restaurant – routine d'ailleurs héritée du foyer parental, de sa mère plus précisément, qui s'adonnait à cette activité tous les samedis matins –, en visionnant des films avec son copain, ou en se prêtant à du « *chatting* informel » avec ses colocataires, c'est-à-dire « jaser, [...] niaiser pour le fun, *vedger*, se raconter notre journée ». D'autre part, elle se livre à des activités, artistiques ou non, lui permettant de prendre du temps pour elle. « [Je me fais un café] puis c'est comme "bon, qu'est-ce que je fais aujourd'hui?", donc quand je peux avoir ce raisonnement-là, je considère que c'est du temps pour moi ». Ses journées de congé sont

caractérisées par la détente. « Si je n'ai rien à faire, je vais flâner une heure ou deux en ne faisant à peu près rien, [...] je peux décider de juste écouter des vidéos et fumer des cigarettes pendant une demi-heure avant de me lever parce que je suis *vedge* cette journée-là ». Ainsi, après s'être réveillée en après-midi – « je dors affreusement tard, [...] j'aime me prélasser dans mon lit des heures incroyables » –, elle investit temps et espace dans des activités de loisir telles la lecture de romans aux « schémas narratifs complètement éclatés », la photo, la couture, la cuisine, l'écriture ou la peinture, ce qui peut l'amener des fois à « voir le soleil se lever. [...] Je peux faire ça sans forcément me fixer un temps, [...] quitte à laisser le téléphone sonner même, [...] si j'ai une activité intéressante qui s'offre moi, je peux m'y adonner autant que je veux, [...] je n'ai carrément pas d'heure de coucher ». Grâce à sa facilité à « vivre la nuit », elle qualifie d'ailleurs ces « nuits à refaire le monde » de « très agréables ». Enfin, il lui arrive de s'enfermer dans la salle de bains « pour les deux prochaines heures » en se déclarant injoignable.

4.4.3.4 Routines liées à la reproduction de la vie³⁷ : des habitudes généralement souples et collectives

Bien que Sophie affirme que peu de règles régissent les tâches de rangement, de ménage, d'approvisionnement et de préparation des repas pour elle et ses colocataires, plusieurs routines semblent installées dans ces domaines. Ainsi, elle ne s'estime pas « pointilleuse » sur l'ordre et l'organisation, particulièrement lorsqu'elle étudie. « Je suis quelqu'un d'excessivement bordélique quand je travaille, c'est-à-dire que mes livres s'empilent, il y a deux-trois tasses à café; [...] si je fous le bordel, ça va être dans la [pièce] au grand complet ». D'ailleurs, elle se considérait déjà « désordonnée » et « traîneuse » au foyer parental, sa mère la sommant constamment de ramasser son linge sale pour que celle-ci puisse passer, la salle de lavage n'étant accessible que par sa chambre. Toutefois, après sa décohabitation, chercher « les trucs essentiels » dont elle a besoin au quotidien la contrarie, particulièrement le matin ou quand elle est de mauvaise humeur, cela bousculant ses « petites habitudes. [...] De pouvoir me lever le matin, la cafetière est à son endroit, les tasses sont là où elles sont supposées ou dans le lavabo, ça me fait du bien. [...] Que je me lève et

³⁷ Pour les sections 4.4.3.4 *Routines liées à la reproduction de la vie* et 4.4.3.5 *Routines liées à l'hygiène mentale*, les détails exposés concernent la vie dans le second appartement, en raison de la trop courte durée et du petit nombre d'expériences de cohabitation dans le troisième appartement.

qu'il n'y a pas de cafetière, je vais faire comme "il est où le problème, ça ne marche pas" ». Dans le même ordre d'idées, Sophie et ses colocataires, sans se soumettre à une règle proprement dite, évitent collectivement – « il n'y a pas d'exclusivité [du genre] "moi je fais ma vaisselle et toi tu fais la tienne" » – de laisser leur vaisselle s'accumuler et ce, tel qu'au foyer parental, où rincer et placer sa vaisselle dans le lave-vaisselle faisaient partie du « gros bon sens. [...] Si la vaisselle n'est pas faite dans les quinze minutes, il n'y a personne qui va faire une crise, [...] mais on essaie de la faire au fur et à mesure, parce que c'est déprimant quand on arrive ».

D'autre part, les tâches ménagères sont marquées, pour Sophie et ses colocataires, par le « vivre, [le] laisser-vivre » et la bonne entente, celles-ci s'effectuant de manière informelle, ce qui limiterait, selon elle, leur caractère routinier. « Les tâches de ménage ne rentrent pas dans la routine, parce que je peux décider de faire la salle de bains comme je peux décider de faire ci, l'action de faire du ménage est dans la routine dans la mesure où ça arrive à peu près une fois par semaine, mais c'est tout ». Ainsi, aucune journée de la semaine n'est particulièrement consacrée à l'entretien de l'appartement, chacun s'y adonnant selon son temps et ses préférences. « Généralement, c'est chaque semaine mais ça peut aller jusqu'à deux semaines, [...] ça se peut que moi je fasse ça le mardi, que mon *coloc* continue ça le jeudi puis un autre le samedi, [...] ce n'est pas à chaque semaine à cause justement du fait que ça s'échelonne sur de longs moments ». En général, le même « pattern » de fonctionnement se représente lors de chaque occasion, basé sur la participation « équitable » – sinon incitée – de chacun. Cette contribution de tous les membres du logis était d'ailleurs également sollicitée par ses parents lors des « gros ménages (nettoyer la salle de bains, faire les planchers) » survenant les samedis où sa mère recevait de la famille ou des amis. Sophie leur prêtait alors main forte en s'occupant du salon.

[Avec mes colocataires], on peut choisir soit de faire les planchers, soit la cuisine, soit la salle de bains, puis généralement [...] je vais faire comme "ah j'ai fait le ménage de la salle de bains", un autre va dire "oh parfait je m'occupe de la cuisine", "oh parfait, je m'occupe des planchers", puis on *dispatche*. [...] [En général], on va aller faire l'épicerie, en même temps on va vider ce qui est un peu sur la limite dans le frigo, on va faire le ménage de la cuisine, [...] je vais peut-être aller faire le lit et m'occuper de ce qui traîne dans la chambre, [...] je vais faire rapidement la salle de bains, [...] on fait ça souvent pendant que le souper est sur le feu, [...] et après ça, on soupe.

Toutefois, la salle de bains semble exclue de cette insouciance volontaire, Sophie étant saturée d'y nettoyer les traces de ses colocataires. « J'ai essayé d'édicter certaines règles par rapport à la salle de

bains, [...] j'ai décrété que ne touchais plus à la toilette parce que la flaqué d'urine à côté [et le poil dans le lavabo], ça m'écoeure et ce n'est pas moi qui fait pipi debout ».

Pour ce qui est des repas, hormis les envies particulières et les goûts personnels de chacun, la plupart de l'approvisionnement en nourriture est commun pour Sophie et ses colocataires et s'effectue en gros. Ainsi, elle se rend chez Costco avec sa mère une fois par mois, lorsqu'elle a congé, et se procure, pour l'ensemble du foyer, des denrées qu'ils sépareront, réemballeront et congèleront. « On met un montant chacun et on va acheter ce qui coûte cher en gros pour faire baisser le prix par rapport à la quantité ». Pour ce qui est de l'acquisition des victuailles restantes, ils s'y adonnent à tour de rôle, « chacun une semaine », en y consacrant sensiblement le même montant à chaque occasion, sans oublier les épisodiques allers-retours au dépanneur pour l'achat de café, unique produit « essentiel à notre alimentation de façon commune ».

Tel que vu plus haut, préparer des repas représente un loisir pour Sophie qui, tant avant qu'après sa décohabitation, s'adonne avec plaisir à la concoction de « pâtisseries délicates », explore la « cuisine exotique » et adopte les « produits du terroir ». « J'ai toujours aimé cuisiner, [...] je peux passer des heures à faire des pâtisseries italiennes compliquées, [...] je peux décider de faire des biscuits à onze heures du soir, [...] [chez mes parents,] je me faisais chicaner parce que je mettais de la farine à la grandeur quand je cuisinais ». Ainsi, c'est à elle que revient, la plupart du temps, l'élaboration des soupers, eux aussi collectifs, les autres repas étant pris en charge par chacun en raison de l'incohérence des horaires. Elle s'y applique à son retour du travail, occasionnellement en compagnie de son copain, en s'assurant d'y donner de la saveur et un apport suffisant en protéines.

J'ai un peu comme tous les droits dans la cuisine [et un droit de veto sur l'épicerie], du fait que c'est moi qui cuisine souvent, [...] je regarde le frigo de fond en comble, je fouille dans le livre de recettes, [...] ça se peut que je cuisine en prévision de la semaine, [...] généralement on essaie de cuisiner pour qu'il en reste pour les autres, [...] le surplus va dans le frigo et quand on arrive, on se sert.

De la sorte, elle affirme être grandement dérangée par les « imprévus reliés au frigo » qui nuisent à la planification de son matin ou de ses recettes. « Je me couche il y a du lait, je me lève et il n'y en a plus, ça part mal ma journée, [...] je peux bougonner tout l'avant-midi parce que je m'étais couchée

en sachant que j'allais cuisiner tel truc. [...] Je me sens mieux [quand] l'espèce d'équilibre, l'ordre et mes attentes sont rétablis ».

Enfin, bien que l'approvisionnement et la préparation des repas soient collectifs, l'ingestion communautaire, quant à elle, est moins fréquente ou planifiée, mis à part pour des occasions spéciales tels un anniversaire ou le souper de Noël. Les moments du repas, selon Sophie, sont alors moins partagés que l'espace-cuisine en soi. Dans le même ordre d'idées, aucune heure de souper n'est déterminée. « On peut commencer à faire notre souper à cinq heures comme on peut commencer ça à huit heures, ça dépend de quand on est là et de quand on a faim ».

4.4.3.5 Routines liées à l'hygiène mentale : un besoin, d'une part, de distance rafraîchissante et, d'autre part, d'habiter un espace à l'image de soi

Sophie a également développé des routines pour relaxer, lui permettant de se maintenir en bonne santé mentalement. Par exemple, dans son second appartement, elle éprouve du plaisir et trouve la paix en passant du temps sur l'un de ses deux balcons. « C'est comme une bulle où on peut aller peu importe l'heure, [...] c'est calme, [...] tu es plus haut, tu ne vois pas les gens, tu n'es pas obligé d'être en relation avec eux, tu peux changer d'air, changer tes esprits, ça j'aime ça, [...] une bière sur la galerie ». Elle apprécie d'ailleurs d'autant plus ces moments s'ils se produisent le soir, s'éloignant ainsi du « vacarme », de la « cohue », du « smog » et du « stress » qui règnent durant le jour sur sa rue passante et commerciale, dont elle chérit comme on sait le dynamisme.

Le moment idéal est compris selon moi entre la fin de l'après-midi et la nuit, quand il commence à faire noir l'été vers huit heures, il fait chaud, il fait beau, il fait noir, [...] de pouvoir rester dehors quand les gens retournent chez eux, au moment où les rues se vident, de pouvoir être au calme même dehors quand [...] ça devient vraiment juste les gens du quartier qui restent là dans leur appart tranquille, [quand] les commerces ferment, c'est plus ce moment-là que j'apprécie.

D'autre part, tel que vu plus tôt, Sophie prend du temps pour elle en s'adonnant à des activités de loisir, comme la cuisine – « tout ce qui est lié à la cuisine en général me satisfait beaucoup » – ou la lecture. Ces loisirs, elle a « besoin » de s'y consacrer dans des espaces où elle se sent bien et qui lui ressemblent. « C'est sûr que c'est plus agréable de faire quelque chose qu'on aime, [...] de se laisser

aller [...] dans un environnement agréable ». Comme l'appartement dans lequel elle vit actuellement en est un de « transition », elle ne s'y considère pas « dans ses affaires », n'y ayant amené avec elle que « l'essentiel ». « J'ai pris la chambre telle quelle, [...] donc de décorer, d'aménager, non, j'ai aménagé mon espace dans la mesure où j'ai choisi ce qui allait sur des cintres, ce qui allait dans des tiroirs, sur quel côté de la bibliothèque j'empile mes livres, sur quel côté je mets mes trucs, ça s'est limité à ça ». Elle n'estime donc pas s'être appropriée d'espace, par contraste avec son domicile précédent, qu'elle et ses colocataires ont largement transformé dans le but de le rendre « confortable », « agréable » et à leur image.

On a vraiment pris beaucoup de moyens à ce niveau-là, pour d'abord que tout le monde soit d'accord et pour le mettre à notre image aussi, [...] on a vraiment pris le temps d'aménager, [...] on a pris la peine beaucoup de décorer en groupe. [...] Ça n'a rien à voir avec l'appartement que j'avais visité avant de signer le bail, on lui a fait un *makeover* total.

Ainsi, d'une part, menuiserie, rénovations et réparations ont été prises en charge par un colocataire connaisseur. D'autre part, un soin particulier a été apporté, en groupe, au choix des couleurs et à la peinture des pièces communes. Enfin, Sophie et ses colocataires se sont considérablement investis dans l'ameublement et la décoration, provenant en grande partie de dons de ses parents, de trouvailles *vintage* du sous-sol de son grand-père parti en résidence – comme des bibelots, des bouteilles ou des cadres qu'ils ont repeints – ou de différents achats réappropriés, comme des vieilles affiches qu'ils ont caricaturées.

Plus précisément, la cuisine et la chambre constituent les espaces préférés de Sophie et sont, de la sorte, particulièrement à son image, bien que cette dernière pièce fasse l'objet de davantage de négociation puisque partagée avec son copain. Ainsi, en plus des couleurs qu'elle a elle-même sélectionnées, la plupart des articles qui s'y trouvent, que ce soient des meubles, des accessoires ou des objets décoratifs, lui appartiennent et sont disposés selon sa volonté. « C'est beaucoup moi qui ait pris en main la cuisine, ma chambre aussi [...]. Le mobilier aussi était à moi, [...] la totalité des trucs en fait, [...] et les propositions [de décoration] aussi ».

Tout cet agencement semble contribuer ainsi à y créer l'ambiance qu'elle désire pour la pratique de ses loisirs ou autres activités, comme, par exemple, dans le « coin relax » de la chambre, espace zen fourni d'un sofa satellite où elle aime faire de la lecture, ou encore dans la cuisine, espaces où, selon

elle, le temps « en vient à ne plus vraiment exister. [...] J'aime passer du temps dans la cuisine, j'aime étudier là aussi, [...] j'ai enfin une vraie cuisine où je vais pouvoir m'étaler, faire mes choses, faire mes travaux, [même si j'ai un bureau], j'aime mieux les faire dans la cuisine, par habitude, la cafetière est plus proche, et c'est plus lumineux ». D'ailleurs, au foyer parental, cette pièce ainsi que sa grande table y accueillant alors également les livres d'école représentaient déjà un espace favori. « La cuisine, en général, ça a toujours été un endroit assez convivial dans ma famille, et je voulais que ce soit un peu la même chose [chez moi], [...] donc ça a toujours été important ». Elle rêve d'ailleurs d'une « très grande cuisine avec beaucoup de rangement et d'accommodations, des *racks* à verres à vin, une grande cuisine tout équipée, une cuisine de resto ». Pour ce qui est de sa chambre, dans la maison de ses parents, elle l'affectionnait davantage lorsqu'elle « voulait avoir la paix », tout son confort et ses loisirs y étant assurés. « Il y avait l'ordi, [...] j'avais ma télé, [...] mon matériel d'art aussi, de peinture, donc tous les trucs dont j'avais besoin étaient dans ma chambre ».

La salle de bains et le salon, d'un autre côté, s'apparentent aux espaces moins fréquentés, puisque ressemblant peu à Sophie. Ainsi, la salle de bains lui apparaît comme « déprimante » en raison de la couleur, de son application bancale – « c'était un gris très pâle, [...] ce n'était pas égal puis les cadrages n'étaient pas faits » – et de la propreté ne correspondant pas à ses standards. « J'aime me gâter, prendre un bain longtemps, [...] donc quand tu vois du poil dans le lavabo, ça te déprime à te faire un facial ». Elle ne considère pas non plus le salon comme l'un de « ses espaces », celui-ci faisant office de « studio immense » pour ses colocataires musiciens. « Il y a beaucoup d'instruments un peu partout, empilés de drôle de façons parfois, tu arrives pour t'asseoir sur le sofa et il y un saxophone, [...] les gars se sont plus appropriés cet espace-là ».

4.4.3.6 Routines liées aux moyens de communication : un usage multiple, accru et aisé portant atteinte aux relations sociales

Selon Sophie, les technologies occupent une trop grande place dans la vie quotidienne des individus, ce qui rendrait leur utilisation routinière et inévitable.

[C'est facile de] parler à n'importe qui, de n'importe quelle façon, [...] n'importe qui est joignable, [...] une journée sans utiliser un téléphone, un ordinateur, à ma connaissance, c'est quand on est

en vacances ou quand on va au chalet, mais encore là il y a le téléphone ou quelqu'un amène un portable pour la musique, juste le *ipod* aussi, si on a à faire du train, [...] on part avec de la musique.

D'ailleurs, elle-même considère sa propre consommation des technologies comme élevée et ce, déjà au foyer parental, même si celle-ci se faisait selon une « dynamique différente ».

Mes parents ne savaient pas utiliser les technologies adéquatement, [...] ce n'était pas moins présent parce qu'en termes d'heures, c'était la même quantité, mais réparti autrement, c'était beaucoup plus sur la télé, [...] du fait que beaucoup de moments en famille se passaient devant la télé, [...], l'ordinateur était partagé, ce qui n'est pas le cas maintenant, [...] j'avais beaucoup d'amis qui habitaient loin donc je passais quand même du temps sur MSN, [...] [maintenant] je ne suis pas vraiment capable de passer 45 minutes à parler à quelqu'un sur MSN, [...] et je n'avais pas de cellulaire.

À présent, elle ne pourrait pas se passer de son ordinateur portable, lui étant utile tant pour travailler, étudier, que pour consulter ses courriels « sur l'heure du dîner ou le matin en fumant une cigarette » ou, lors de moments d'ennui – lorsqu'elle ne peut regarder la télévision, ne possédant pas le câble en appartement –, pour flâner sur Internet, c'est-à-dire visionner des photos sur *Facebook* ou des vidéos sur *Youtube*. Elle fait également plusieurs usages de son téléphone cellulaire qui, en plus de lui permettre les appels et les messages textes, fait office de réveille-matin. Toutefois, selon elle, cette omniprésence des technologies nuit aux relations humaines, et plus précisément aux relations de couple. « Quand un couple vit des tensions, les technologies, c'est un moyen de fuir à mon avis puis dans ce temps-là, je vole le fil d'ordinateur [de mon copain] quand je considère qu'il est temps que notre couple se parle ». Dans le même ordre d'idées, elle tente de limiter sa propre utilisation des technologies, par exemple en se rendant « injoignable » pour un certain temps, ce qu'elle trouve « merveilleux », ou en consultant ses courriels moins fréquemment.

Enfin, en ce qui concerne les routines de déplacement, Sophie varie les moyens. « Quand je travaille [...] et que je vais à une distance bizarre [...] ou que je vais visiter ma famille [...] à l'extérieur de Montréal, [...] je n'ai pas vraiment le choix d'avoir mon auto [empruntée à son père], mais quand je ne travaille pas ou si j'ai des cours, je vais y aller en transport en commun ».

4.4.4 Avis sur routine et temps

4.4.4.1 Rapport à la routine : carcan, a priori, champ de créativité et source de stabilité identitaire par la suite

Selon Sophie, les individus, en général conçoivent la routine comme « quelque chose d'ennuyant, du neuf à cinq dans un bureau avec des REER, une voiture et une maison en banlieue, [...] une vie qui est monotone, dans laquelle il n'y a pas vraiment d'éclat, dans laquelle c'est tout le temps la même chose ». Elle-même, d'ailleurs, semble baigner dans un ensemble de perceptions plutôt négatives de la routine, provenant tant de l'espace public – « l'image du quotidien, je l'ai surtout dans les pubs dans mon esprit, [...] le métro, boulot, dodo, "simplifiez-vous la vie, achetez ceci, achetez cela", comme si la routine de chaque famille était complètement hors de contrôle, éreintée et éreintante » – que de la sphère privée, où routine semble associée, dans sa famille, à rigueur professionnelle et objet de mépris et de crainte parmi ses colocataires musiciens. « Pour eux, c'est beaucoup au jour le jour, [...] une routine, c'est quelque chose de détestable qui fait peur, qui est dénué de créativité ». Selon Sophie, ces perceptions de la routine souvent véhiculées représentent des « clichés », des images « extrêmes [...] et erronées » mais qui comportent tout de même une part de vérité. « Je trouve que c'est exagéré de croire qu'une routine, c'est juste du neuf à cinq puis des REER, puis une vie tranquille avec un chien, une maison puis des paiements de voiture, [...] mais c'est vrai qu'il y a des gens [...] qui n'aspirent à pas plus que de faire leur travail et d'écouter la télé ». Ainsi, elle semble a priori associer routine à asservissement professionnel en opposant travail et vie domestique – « à la maison je ne fais pas comme au travail, [...] puis la routine n'existe pas à la maison donc dès que j'arrive du travail, [...] ça n'existe plus cette notion-là » – et en soulevant la possibilité d'être « esclave d'un agenda ». Toutefois, elle admet considérer ses activités de loisir comme routinières, malgré le caractère « éclaté, [...] bizarre, [...] vaste et imprévu » qu'elle leur attribue. Elle se souvient avec plaisir, d'ailleurs, que c'est autour de ces passe-temps auxquels elle s'adonnait adolescente que s'organisait la vie familiale au foyer parental – « j'avais beaucoup d'activités, je faisais de la gymnastique trois fois par semaine plus les compétitions, donc c'était plus moi qui structurait la routine familiale » – et constate alors qu'une routine peut s'avérer « beaucoup moins morne » que ce à quoi elle est souvent assimilée. « Ma routine, ça peut être du neuf à cinq mais c'est comment tu remplis ta vie [avec ce que tu as envie de mettre dedans] qui est important, plus que le fait de

travailler de neuf à cinq ». Dans ces circonstances, routine semble alors s'apparenter pour elle à « source de confort [agréable] » plutôt qu'à un « ennemi [ennuyant] ».

Si la journée a été dégueulasse, quand j'arrive chez moi, m'asseoir, faire autre chose, prendre ma routine de la soirée si j'ai eu une grosse journée que je n'ai pas aimée, c'est clair que ça a quelque chose de relaxant en soi, [...] ça m'amène une espèce de sentiment de bien-être, de calme, [...] une espèce d'endorphine d'avoir fait ce qu'il fallait que je fasse [...] qui fait que c'est agréable de continuer à agir comme ça aussi.

D'autre part, selon Sophie, les routines semblent jouer un rôle essentiel dans la construction identitaire des individus en général, en les rendant prévisibles et cohérents vis-à-vis des autres. « Le fait que les actions reviennent, que des patterns reviennent, ça donne des tendances qu'on va voir un peu partout, [...] un fil conducteur, [...] un *mainstream* si on veut, [...] un cadre d'expression qui permet à la personne de se construire dedans ». Ainsi, en ce qui la concerne, ses routines – occupationnelles, principalement – participent à la fois à sa définition d'elle-même – « je me définis beaucoup par rapport à ce que je fais et ce que j'aime, [...] par rapport aux activités que je vais choisir, les loisirs » – qu'à sa capacité à se différencier des autres. « Mon mode de vie [...] éclaté, [mes] activités hors du commun, la majorité des gens ne vivent pas la nuit, [...] n'éprouvent pas le besoin de cuisiner des biscuits à l'heure où je le fais généralement ou de faire un souper cinq services pour deux-trois personnes ». Dans le même ordre d'idées, ces mêmes routines ont été prises en compte dans son installation dans son troisième appartement, lui permettant, comme vu plus haut, d'apposer sa marque sur l'espace et ainsi, de l'habiter. « Dans la cuisine par exemple, mon installation a tout de suite pris une dimension à regarder où [...] je peux mettre mes livres de cuisine ».

Enfin, les imprévus bouleversant ses routines et sur lesquels elle n'exerce « aucun contrôle » dérangent Sophie. Ainsi, bien qu'elle affirme « bien gérer » les imprévus qu'elle qualifie de « structurels – [...] par exemple quelqu'un va à l'hôpital ou il y a un *rush* de production à ton travail » –, elle semble particulièrement incommodée et déçue, en plus des « imprévus reliés au frigo » comme vu plus haut, par les imprévus et l'instabilité financiers propres aux étudiants.

4.4.4.2 Rapport au temps : pour une réappropriation du moment présent, alternative à l'organisation constante du futur

Selon Sophie, le temps, les horaires et la planification formelle sont « omniprésents » dans la vie des Montréalais, ce qui les rendrait constamment pressés, par opposition aux individus vivant à la campagne, où c'est « vraiment plus relax. [...] Eux, ça se calcule plus en périodes, [...] c'est flou, moins formel, il n'y a pas d'heure, il n'y a pas de date, ça se prévoit à moyen terme aussi, [...] tandis que nous, c'est "je suis disponible tel jour, à telle heure, pour aller faire tel truc" ». Dans ce contexte, trouver du temps pour soi lui apparaît très difficile, surtout pour les jeunes de son âge, confrontés à la « réalité travail-études. [...] Il n'y a pas assez d'heures dans une journée, [...] juste organiser une sortie avec des amis, ça demande un mois de planification des fois, si on veut que tout le monde soit là ». D'autre part, cette hâte continuelle entraverait les relations humaines tant des étudiants que des autres individus – « les gens ne prennent plus vraiment le temps de se parler » –, en les forçant à vivre dans « une perspective d'avenir », ce qu'elle déplore.

On est pressés souvent en fonction de quelque chose qui n'est pas le temps présent, [...] c'est toujours cette dimension-là de penser à plus tard plus que maintenant que je trouve triste dans le fond, parce qu'on ne profite pas de ce qu'on a. [...] Je regarde mon copain qui a été habitué à manger en famille mais dès que tu as fini, tu ramasses ton assiette et tu vas faire tes trucs à toi, donc des fois je suis en train de souper avec lui, on jase, il finit son assiette et il s'en va, je suis comme "hey, on avait une discussion là!"

De la sorte, pour profiter du moment présent, elle tente de prendre du temps pour elle, sans « obligation » et sans « stress » au moins une fois par semaine, en dormant « sans avoir à penser à quelle heure on va se lever », en se demandant « bon, qu'est-ce que je fais, je pourrais lire ça [sans avoir à se dire] il faut que je le lise parce que c'est pour telle date ».

4.4.5 Projets à long terme

Sophie nourrit de nombreux projets ou « accomplissements » d'avenir, mais celui-ci demeure, pour elle, une notion « plus ou moins rapprochée », se dessinant ainsi davantage dans le « court et moyen terme » que dans le long terme. « À long terme, pour moi, c'est l'année prochaine, [...] je vois plus

des projets, ne serait-ce que demain, je vais voir une amie, ou dans un an, je vais avoir terminé mon *bacc*, [...] puis honnêtement, mes projets d'avenir terminent pas mal à ce que j'allais faire après mon *bacc* ». De la sorte, parmi ces projets, elle envisage « peut-être retourner m'établir dans le coin de chez mes parents, ouvrir peut-être mon entreprise, [...] idéalement avec mon copain, [...] venir étudier à l'UQAM, [...] compléter un *bacc* par cumul, repeinturer ma cuisine », ou encore assister au mariage d'une de ses amies en Belgique à l'automne. Enfin, elle espère également avoir sous peu un bureau à sa disposition, qu'elle perçoit comme « solution à la cohabitation » avec son copain puisqu'il incarnerait une « espèce de zone chacun pour soi. [...] Je pourrais [y] foutre le bordel quand j'en ai envie, aller faire mes trucs aussi, écouter de la musique, pouvoir fermer la porte, [...] et ne pas faire subir ou avoir à subir l'humeur de l'autre qui a eu une mauvaise journée ».

CHAPITRE V

MÉTANALYSE : CROISEMENT DES CONSTATS ISSUS DES RÉCITS AVEC LES CONCEPTS RETENUS

Rappelons que notre objectif de recherche concerne l'exploration de la présence, du statut social et du rôle éventuel de la routine dans un processus de (re)construction identitaire, dans le cas de jeunes adultes ayant quitté la maison parentale et poursuivant leurs études.

À partir du croisement des constats issus des récits individuels, présentés au chapitre précédent, et des principaux concepts de l'exploration théorique, nous avons effectué une analyse transversale de second niveau mettant en relief les convergences, les contrastes, les nuances et les pistes complémentaires que révèle cette étude. Ceux-ci seront présentés sous forme de constats, eux-mêmes rassemblés sous trois registres interreliés qui s'inscrivent dans l'expérience de la décohabitation et de la recohabitation.

5.1 La (re)construction identitaire des jeunes adultes

5.1.1 La décohabitation : porte ouverte vers l'autonomie de choix et de routines

Après avoir confronté les récits de nos quatre participants, il appert que quitter la maison parentale représente de façon évidente un moyen d'accéder à une meilleure, sinon pleine autonomie, garante de l'affirmation/du déploiement de leur style de vie propre. En effet, vivre séparément de chez leurs parents leur permet davantage d'exercer leur liberté de choix, tant dans des domaines plus pratiques de leur vie quotidienne comme l'appartement dans lequel ils vont vivre, les meubles et objets qu'ils vont acquérir pour le décorer, qu'à propos des personnes avec lesquelles ils vont le partager et les habitudes qu'ils vont adopter. Pierre nous le montre bien lorsqu'il évoque sa hâte de déménager dans un logement qu'il aura choisi, par rapport à celui dans lequel il vit actuellement malgré lui : « Ça fait toute la différence ». Quant à Léa, elle exprime clairement avoir ressenti le « besoin d'avoir mon propre appartement, d'avoir mes meubles, [...] de choisir ce que j'allais manger » et finalement,

Sophie recherchait « la dimension d'avoir sa vie à soi, [...] de choisir avec qui je voulais habiter, [...] plutôt que "c'est comme ça parce que c'est comme ça [...]", mettre les murs de la couleur que je veux, aménager ma chambre sans me faire dire "ben voyons, ça n'a pas d'allure" ».

Ne pas « se rapporter », du moins systématiquement, ne pas être soumis aux commentaires des autres, parfois sources de désagrément dans la vie familiale, demeure donc un point sensible. Il met en relief que la liberté de choix dans les habitudes, évoquée plus haut, équivaut à une liberté de choix de ses propres routines, et celle-ci constitue bel et bien un enjeu de la décohabitation. Ainsi, il apparaît clairement qu'être libre dans l'exercice de ses routines propres participe grandement à l'affirmation du style de vie que les participants recherchent pour eux-mêmes et que l'ingérence d'autres personnes comme les parents est considérée comme une nuisance. On le voit bien dans les propos de Pierre, de Marcel et de Sophie :

Mon père soupa relativement tard. [...] Sauf que moi, quand j'arrivais du cégep à cinq, six heures, j'avais faim donc je [grignotais] et je commençais mes études [vers six, sept heures], donc ça ne me faisait même pas une ou deux heures d'études et le souper était prêt, donc là tu manges vers sept, huit heures, [...] donc là tu arrives à huit, neuf heures et ça me coupait mes études, ça m'attaquait ma soirée (Pierre); Je suis quelqu'un de très exigeant et [mes parents] ne faisaient pas nécessairement les choses comme je voulais, [...] alors on se chicanait tout le temps (Marcel); Mes parents sont plus traditionnels, l'ancien esprit [...] et on se [dérangeait] un peu dans nos routines (Sophie).

Comme Marcel l'exprime, s'adonner à ses propres routines revient alors à « gérer [soi-même] sa vie » et rejoint ce que nous avons exposé au chapitre II : se consacrer à des routines choisies, assumées et non imposées par d'autres, devenu source de frustration, équivaut, dans le cas de nos participants, à vivre et à agir par soi, à exercer un contrôle sur leur vie quotidienne à présent séparée de celle des parents et à décider de l'usage de leur temps, même relativement. Ce nouveau libre-arbitre soutient le processus d'autonomisation et ainsi l'identité de la personne, en l'occurrence l'identité d'adulte en devenir. La routine étant, avec la sécurité affective, la base de la psychogenèse, on peut comprendre que lors de changements majeurs dans l'organisation de la vie, le principe demeure, alors qu'éclatent les expressions passées, devenues freins.

5.1.2 L'évolution des statuts : moins de limites pour l'identité personnelle

L'aboutissement à cette liberté d'exercice de ses routines propres débouche ainsi sur une évolution des statuts sociaux, nécessaire à une définition de soi plus en accord avec soi, mieux assumée, plutôt que donnée par d'autres individus, et ce, tel que nous l'avons identifié au chapitre II : le jeune adulte, pour se construire un soi autonome, tend à moins se définir par son identité statutaire afin de favoriser son identité personnelle. Léa l'expose d'ailleurs à merveille : « Je deviens quelqu'un, je ne suis plus *la fille de*, je suis moi, [...] plus une personne à part entière qu'une ado à qui on donne des limites ». En effet, acquérir un statut d'adulte égal aux autres passe par un scepticisme, voire un refus des limites, notamment imposées par les parents et peut-être parce qu'imposées par eux. Il faut alors trouver un contrepoint vigoureux qui prend comme référence une limitation perçue comme excessive, souvent parce qu'elle aurait peu évolué dans le temps de la cohabitation. « Je trouve merveilleux de pouvoir faire ce que je veux sans me faire dire quoi que ce soit [comme "tu es rentrée tard hier"], [...] de ne pas avoir de contraintes dans les choses que je veux faire, [...] il n'y a pas cette critique de mon mode de vie que ma mère fait toujours » (Sophie). Léa mentionne également vouloir « se détacher de sa mère qu'elle trouvait de plus en plus contrôlante sur ma vie ».

L'autonomie financière s'avère un point nodal de la décision de décohabitation. Autant son impossibilité peut retarder le départ de la maison familiale (bien que nos participants n'aient pas insisté sur ce point), autant son émergence, même timide, même liée à d'autres facteurs, détermine la décohabitation. En effet, l'autonomie financière rendue possible par la décohabitation (sauf pour Sophie qui a bénéficié d'un support au départ) semble aussi contribuer à renforcer cette évolution de statuts en « personne à part entière » qu'on respecte comme telle : « En famille, on se tient moins qu'en colocation, [tandis qu'] en colocation, on respecte plus l'autre, [peut-être] parce qu'il paie une part de loyer » (Pierre) et « J'avais besoin de payer des comptes comme les adultes » (Léa). Kahn affirme à ce propos que « l'individu – au sens du sujet individuel moderne – n'existe probablement qu'à partir du moment où il doit, et peut, gérer lui-même [...] son argent » (2007, p.26).

De la sorte, il est clair que la décohabitation, par l'autonomie et la redéfinition des statuts sociaux qu'elle renforce, donne lieu à une véritable consolidation de l'identité personnelle du jeune adulte. Souvenons-nous à ce propos que l'identité est constituée de deux composantes, la première renvoyant à la notion d'unité et la seconde à la notion de singularité (cf. chapitre II). L'unité signifiant

« être un, être constitué de plusieurs éléments unifiés, se vivre comme un tout intégré » (Des Aulniers, 2009a, p.1), il est possible que ces jeunes conçoivent l'autonomie, le domicile séparé de leurs parents, comme un élément constitutif de leur identité, qui contribue à leur sentiment d'être « un », à leur sentiment d'intégrité, et bien plus, à une sorte de responsabilité face à eux-mêmes. Si l'on se rapporte à la définition de l'identité présentée également au point 2.4.1 – « assemblage de paramètres (de temps, d'espace, de relations [...]), par lesquels les individus et les collectifs peuvent se reconnaître i.e. se repérer, se nommer et se définir dans une forme quelconque d'unité » (Des Aulniers, 2009a, p.2) –, vivre autonomes, séparément de leurs parents, pour ces jeunes, correspondrait donc à un de ces paramètres identitaires qui les définissent et qu'ils voudraient qu'on leur reconnaisse comme faisant partie de ce qu'ils sont. Enfin, dans le même ordre d'idées, vivre de la sorte, de façon autonome et séparés du domicile de leurs parents, permettrait à ces jeunes de « coïncider avec eux-mêmes » (Des Aulniers, 2009a, p.1) et, en tant que tous avérés, du coup, de chercher leur singularité, autre composante de l'identité.

Cette notion de différenciation nous apparaît également éloquente quant à l'investigation de notre problématique. Ainsi, le jeune sur le point de quitter la maison parentale est comparable à l'enfant sur le point de se découvrir comme individu à part entière, dans le sens qu'il cherche à faire la distinction entre lui et le monde, plus précisément entre lui et sa famille, lui et ses parents. Il cherche de la sorte à se dissocier des visions du monde, des habitudes, des rythmes véhiculés au domicile parental, pour se découvrir « pleinement je » (Des Aulniers, 2009a, p.5), pleinement sujet de sa vie et pleinement lui-même, ce qui rejoint ce qui a été dit plus haut relativement au tout intégré. En quittant le foyer de ses parents, le jeune s'engage, selon les cas, par son autonomie, à subvenir à ses besoins, besoins en grande partie assumés par ses parents, et exprime de la sorte sa capacité à le faire – « je capable » (Des Aulniers, 2009a, p.5), ce qui correspond, chez l'enfant, au stade du narcissisme primaire : il a intégré le regard positif de l'autre et peut alors s'en distancer quelque peu et y revenir à l'occasion.

5.1.3 Le nouvel espace : page blanche et, à la fois, support de l'expression identitaire

L'épanouissement identitaire conditionné par l'autonomie et la redéfinition des statuts dont nous venons de traiter passe, chez nos participants, par l'investissement d'un nouvel environnement qu'ils

désirent particulièrement adapté à leurs besoins, le « territoire » disponible étant l'un des plus importants et le critère premier du confort. Les propos de Léa sont, sur ce point, éloquents : « J'ai besoin de grandeur et d'espace. [...] J'aime ça m'étaler, [être] libre de bouger, [...] quand c'est trop petit, je me sens étouffée ». Souvenons-nous également qu'elle y apprécie spécialement les deux étages (comme Marcel, d'ailleurs), ce qui lui permet insonorisation et intimité, condition pour « s'étaler de façon sonore » (faire du bruit). Ce besoin d'espace est aussi évoqué lorsqu'il est question de pratique optimale des loisirs, et ce, à titre d'aspiration :

Dans le fond, ce qui me manque le plus, c'est vraiment l'espace massage [...] et l'espace musique (Pierre); [Mon appartement idéal aurait] des grandes fenêtres, [...] un grand comptoir pour cuisiner, un garde-manger immensément grand, [...] une grande salle de bains pour passer du temps devant le miroir le matin, [...] et un grand salon, avec lequel on pourrait faire un bureau ou un atelier (Léa); [Je rêve] d'une très grande cuisine avec beaucoup de rangement et d'accommodations, des *racks* à verres à vin, une grande cuisine tout équipée, une cuisine de resto (Sophie).

Il n'est pas étonnant, alors, que la pièce que tous méprisent le plus dans l'appartement soit la salle de bains, lieu en soi d'intimité corporelle certes, mais dont tous soulignent l'exigüité et la difficulté d'aération – ce qui confirme le fait que, souvent, les étudiants louent des logements peu rénovés –, contrastant ainsi avec leur besoin d'air. Le fait qu'ils aient forcément à partager à plusieurs ce lieu contribue aussi à son caractère de non-aisance (ce qui peut aussi rappeler la cohabitation familiale). Enfin, le besoin d'ampleur vaut aussi pour le temps qu'ils veulent oublier, pour les autres dont ils veulent s'isoler, pendant la pratique de leurs activités de loisir (nous y reviendrons).

L'assouvissement de ce besoin d'espace physique, il nous semble, sert à combler un besoin d'espace plus symbolique, pour l'épanouissement de caractéristiques identitaires, celles-ci pouvant de la sorte s'affirmer pleinement alors que plus ou moins étouffées auparavant. Marcel l'affirme d'ailleurs : vivre dans son propre appartement revient pour lui à « pouvoir se sentir chez moi plutôt que chez quelqu'un d'autre ». L'engagement très important des jeunes adultes dans la personnalisation du nouvel appartement par les actes de rénovation, d'aménagement et de décoration – ou le regret de ne pas avoir pu y participer (ou très sommairement), dans le cas de Pierre –, en témoigne d'ailleurs particulièrement.

On a vraiment pris beaucoup de moyens à ce niveau-là, pour d'abord que tout le monde soit d'accord et pour le mettre à notre image aussi, [...] on a vraiment pris le temps d'aménager, [...] on a pris la peine beaucoup de décorer en groupe. [...] Ça n'a rien à voir avec l'appartement que j'avais visité avant de signer le bail, on lui a fait un *makeover* total (Sophie).

Se sentir artisans (voire propriétaire, dans le cas de Léa, qui ne parvient à s'identifier qu'à un espace qui lui appartienne véritablement) de leur espace, c'est-à-dire être entourés de leurs propres couleurs, meubles et objets (et parfois d'autant si ceux-ci sont recyclés) et les disposer à leur guise contribue donc clairement à leur (re)construction identitaire, en ce qu'ils évoluent dans un environnement et une ambiance choisis par eux et ce, autant en tant qu'individus, qu'en tant qu'individus faisant partie d'un groupe. Dès lors, lorsqu'une pièce « échappe » à ce processus ou que celui-ci a été mal réalisé (cela vaut aussi pour les pièces malpropres comme la salle de bains impliquant des traces toujours visibles puisque partagée (Pierre, Sophie), en raison de désordre – le sous-sol (Pierre, Marcel) –, ou d'une décoration maladroite, elle est rapidement négligée ou désertée par les jeunes adultes. Et ce, clairement parce que ceux-ci ne l'ont pas « marquée » personnellement ou les marques des autres y étant trop imposantes. Un espace de la sorte façonné par soi nourrit et reflète des aspects de soi, constituant des repères (créés par soi), des symboles de valeurs pour la consolidation identitaire et l'hygiène mentale, aspect sur lequel nous reviendrons, notamment concernant la chambre pour chacun.

Enfin, nous ajoutons que cette correspondance entre espace et caractéristiques identitaires vaut également pour la ville et le quartier. Ainsi, nos collaborateurs ont exprimé, parmi leurs raisons de vouloir déménager à Montréal (ils viennent tous de l'extérieur de la ville), leur hâte de s'immerger dans le mode de vie urbain, pour se trouver « dans le champ de l'action en arts » (Léa) ou profiter de la ville « culturellement parlant » (Marcel). Cette hâte d'être dans la ville traduirait ici un désir d'être au cœur des circuits créatifs, des événements et des idées propres à la ville, reflétant sans doute des aspects d'eux-mêmes peu nourris auparavant, telle une forme d'anonymat mais en dialectique avec le côté « foule » de la ville. Dans le même ordre d'idées, nous constatons que nos jeunes adultes « ressentent » que les différents quartiers de Montréal recèlent chacun une personnalité différente et décident de se joindre à celui qui les représente le mieux, comme si jouer des spécifications d'un quartier leur permettait d'exprimer leurs propres singularités. Ainsi, Pierre et Léa se sentent proches d'Hochelaga-Maisonneuve en raison de son caractère social (microcosme, problèmes sociaux, pensée sociale, services sociaux), Marcel apprécie le côté résidentiel, francophone et calme mais central de

Villeray, contrairement à Sophie qui affectionne particulièrement l'aspect mouvementé, dynamique, étudiant et urbain du quartier Côte-des-Neiges.

5.1.4 Un style de vie en transition : balayage du passé et brouillage de l'avenir au profit du présent et du court-terme

Par-delà tous les actes qu'ils ont posés pour la construction de leur soi adulte, nos participants se trouvent encore clairement dans une période de transition identitaire. Ainsi, la plupart d'entre eux (Pierre, Léa et Marcel) précisent ne pas avoir été confrontés à de « grands changements » après avoir quitté la maison parentale – ils ne se sentent pas encore des « grandes personnes » (Sophie), ils se considèrent « encore en développement » (Pierre) d'eux-mêmes, toujours en quête d'une « sérénité » (Pierre) et d'une « maturité » (Léa) d'adultes³⁸. Ils semblent donc conscients du caractère processuel de la vie d'adulte après la décohabitation et estiment leur style de vie « aléatoire » (Pierre), « irrégulier » (Léa), ou encore « éclaté et imprévisible » (Sophie). Selon Jeffrey Arnott, psychologue de l'Université Clark à Worcester, au Massachusetts, étudiant depuis longtemps les jeunes adultes de la génération Y, ces sentiments sont caractéristiques de l'âge et du contexte de nos participants. Ainsi, ce dernier envisage la vingtaine comme une nouvelle étape de vie entre l'adolescence et l'âge adulte qu'il qualifie d'*emerging adulthood* ou, en parlant des jeunes, d'adultes en émergence³⁹. Selon lui, « cela ne fait plus aucun sens de prendre trop de responsabilités dès 20 ans, quand on sait qu'on va vivre jusqu'à 80 ans! Désormais, c'est plutôt dans la trentaine que les jeunes s'établissent » (cité dans Galipeau, 2010, en ligne), après une vingtaine caractérisée par l'exploration identitaire, l'évitement des responsabilités⁴⁰ et des engagements et le focus sur soi (Marantz Henig, 2010, en ligne).

³⁸ On peut percevoir là une sorte d'idéal-type de l'adulte, et même une sorte d'idéalisation, comme si un adulte, mieux assuré soit-il en son être, parachèverait son développement ou sa maturité alors qu'elles évolueraient l'existence durant.

³⁹ Le terme *adulescent* (fusion des mots « adulte » et « adolescent ») renvoie à la même tranche d'âge, avec ces caractéristiques, mais le même auteur le juge « péjoratif, négatif, stéréotypé et injuste » (cité dans Galipeau, 2010, en ligne).

⁴⁰ Nous pourrions nuancer cet évitement du fait que nos participants ont tous un travail duquel ils s'acquittent, semble-t-il, avec fiabilité, en sus des obligations scolaires.

Cette période d'entre-deux où toutes les options semblent encore possibles permettrait aux jeunes adultes d'apprendre à mieux gérer la vie quotidienne, de mieux comprendre qui ils sont et ce qu'ils attendent de leur vie adulte afin de la commencer sur des bases plus solides et effectuer de meilleurs choix (Marantz Henig, 2010, en ligne). Kahn, quant à lui, ajoute que, durant la période que l'on pourrait dire de transition vers l'âge adulte, il semble nécessaire pour les jeunes adultes étudiants d'afficher une « totale disponibilité au monde » et de profiter au maximum d'une liberté qu'ils pensent réduite plus tard en raison des engagements qu'ils auront pris, du rythme de vie rabâcheur caractéristique des adultes qu'ils auront adopté, et des contraintes qui en résulteront (2007, p.131-132). D'ailleurs, Pierre Bourdieu, sociologue français, définit le temps de l'école comme un « temps employé librement à des fins librement choisies [...] mais affranchi, dans son rythme, son moment, sa durée, de toute contrainte externe » (cité dans Kahn, 2007, p.131).

Se retrouver de la sorte « en transition » semble impliquer, chez nos quatre jeunes adultes, une grande incertitude par rapport à l'avenir. Ainsi, tous disent en avoir une représentation difficile, floue et nébuleuse. Bien qu'ils nourrissent, à son sujet, de nombreux projets – perçus comme très lointains, toutefois – et ce, dans différentes sphères de leur vie, nous constatons que ces derniers s'annoncent difficiles à réaliser dans leur totalité, en raison, entre autres, de leur caractère intra-conflictuel. Par exemple, parmi ces projets figurent, à égalité sur la ligne du temps, la poursuite (et la fin) des études, l'entrée sur le marché du travail, la fondation d'une famille, l'acquisition d'une propriété, ou encore les voyages, qui, évidemment ne sont pas facilement conciliables ou même possiblement « co-habitants », ce qui donnera inévitablement naissance à une hiérarchisation et à des choix, et à des priorisations de réalisations. Toutefois, en considérant leurs propos, nous pensons que ce type de choix comporte une envergure et un engagement (voir ci-haut) que les jeunes adultes ne sont pas prêts à assumer pour l'instant. Marcel l'exprime d'ailleurs : « J'ai beaucoup de projets, il faut faire un choix, et c'est pour ça que je n'en ai aucune idée ». Pour l'instant, se situer à une position « de carrefour » demeure confortable pour les jeunes adultes, position autour de laquelle toute option semble encore possible et également éloignée/incertaine, sans doute pour prendre le temps d'expérimenter et d'éviter la déception, comme le mentionne d'ailleurs Léa : « Je n'aime pas me donner des plans et être déçue ».

Nous constatons donc que les jeunes adultes de notre recherche vivent dans une sorte de présent suspendu, caractérisé par le court-terme, rejetant les références du passé et refusant toute position

trop nette par rapport à l'avenir, ce qui n'est pas sans rappeler la philosophie du temps présent que nous avons abordée au chapitre I, possiblement à l'origine de leurs pratiques. Comme Carol Allain, auteur de *La Génération Y*, le mentionne, « une période de six mois représente pour [le jeune adulte] une éternité. La cassure est sa devise, c'est-à-dire tout doit se vivre dans l'intensité du court terme avec les avenues laissées ouvertes, un appel plus franc à la déraison, au déséquilibre, à la folie ou au plaisir ». En zappant (de logement, d'emploi, de relation) au gré de leurs désirs, ils vivent dans une perspective temporelle « partagée entre le court-terme et un horizon indéfini », marqué par des « aspiration flottantes, décrochées de la réalité et parfois un peu folles » (2005, p.107 et al.). De la sorte, tout, dans cette période de transition, apparaît possible, que ce soit par rapport aux choix de vie ou au quotidien. Souvenons-nous, à ce sujet, des propos de Sophie quant à l'organisation de ses soirées, particulièrement éloquents : « Un univers de possibilités, [...] n'ayant de limites que les moyens financiers, [s'offre à nous] ».

Enfin, mentionnons que les projets d'avenir énoncés par les jeunes adultes de notre recherche s'apparentent aux étapes à franchir que l'on associait traditionnellement au passage à l'âge adulte (Marantz Henig, 2010, en ligne), de même que la capacité de faire des choix, de prioriser une direction plutôt qu'une autre. Le fait que les jeunes adultes en repoussent la confrontation témoigne bien de l'état transitionnel dans lequel ils se trouvent, entre-deux séparant l'adolescence de l'âge adulte. Une différence avec le développement traditionnel résiderait, dans de nombreux cas, à un allongement de cette période de passage.

5.2 Les trajectoires des jeunes adultes dans le temps et dans l'espace

5.2.1 Une existence marquée par la quête de temps libre

Les jeunes adultes de notre recherche estiment vivre dans un monde caractérisé par la rapidité, la pression de l'horloge et le devoir constant qu'il incombe aux individus de satisfaire à leurs différentes obligations. Ces dernières se ventilent dans les études et le travail, qu'ils considèrent comme du temps subi, autrement dit des routines imposées, et ce, même si, comme on l'a relevé, il s'agit d'obligations dont ils assument la responsabilité, et sans le mentionner comme forme d'échange imparable à leur autonomisation. Ce temps subi, caractérisé par la planification formelle, les

contraintes et les frustrations provenant entre autres de la rigidité des institutions auxquelles les individus doivent s'adapter (Léa), prend selon eux trop de place dans la vie en général, ce qui rend ces derniers trop pressés et accablés. « Je suis toujours en train de courir » (Marcel). « Je suis [...] condamné au temps [...], tu as beau essayer de gérer, tu ne sais jamais combien de temps ça peut te prendre, surtout dans les travaux scolaires » (Pierre). Dans ce contexte, tous affirment qu'il devient ardu de prendre du temps pour soi, pour « vivre », et expriment le besoin, pour ce faire, de se réserver des périodes, dans leur horaire, pour s'adonner à des activités choisies, seuls ou avec un groupe d'amis, des périodes de « temps suspendu », avec moins d'obligations et de limites temporelles (et donc de surveillance du temps), et davantage de liberté de choix, qu'il s'agisse de vacances ou pas, où priment les désirs personnels. À une plus petite échelle, plusieurs mentionnent le recours à l'ordinateur, plus précisément à l'Internet, qui, outre ses usages académiques et professionnels, leur permet des pauses d'étude ou de travail (donc à l'intérieur des périodes de temps subi), si pas carrément le flânage.

Nous remarquons que les jeunes adultes de notre recherche sont perpétuellement en quête de temps libre caractérisé par l'absence de contraintes et le plaisir, échappant au contrôle personnel, à la discipline et à l'autocontrainte. Ce temps complètement « ouvert » semble faire l'objet d'une certaine insatiabilité, comme pour faire contrepoids aux activités formelles et parfois subies comme le travail et les études. Pour établir un lien avec notre problématique, les jeunes adultes semblent avoir intégré les tendances sociétales et culturelles attribuant un pouvoir limitatif et coercitif au temps (cf. chapitre I), ainsi que la recherche des libertés et des possibilités d'action individuelles dont traite Kahn. En fait, leur quête de temps libre, d'activités choisies et d'investissement dans les loisirs participerait sans doute au besoin d'épanouissement et d'autoréalisation identitaire caractérisant l'étape de vie dans laquelle ils se trouvent (cf. 5.1.4). Amparo Lasén, sociologue qui a étudié les temporalités des jeunes en Europe, affirme à ce propos que la quantité de temps que les jeunes consacrent aux loisirs se doit d'être proportionnelle aux heures meublées par des activités imposées. Ainsi, plus ils travaillent, plus ils doivent suivre de cours, plus la recherche de temps libre à occuper par des loisirs sera importante (citée dans Kahn, 2007, p.119). Nous pourrions donc affirmer que les routines des jeunes adultes de notre recherche, outre reliées aux obligations, sont également marquées par un certain hédonisme, doctrine qui considère le plaisir comme un bien essentiel, un but de l'existence, et qui fait de sa recherche le mobile principal de l'activité humaine (CNRTL, 2012,

en ligne). Cela se passe comme si la réaction aux routines imposées exigeait une autre forme de routine, cette dernière effectuant des mouvements de balancier.

5.2.2 Une semaine typique : une gestion serrée des plages horaires contre l'angoisse

Les quatre jeunes adultes interrogés s'adonnent tous à une certaine organisation de leur horaire, que l'on peut estimer routinière. Celle-ci se présente en grande partie selon un cycle hebdomadaire, dont les éléments pivots sont, dans l'ordre, l'emploi, les études et, dans une moindre mesure, l'entretien de leur domicile. « Travailler, c'est fixe, quand j'ai un cours, c'est fixe, puis je m'arrange pour tout faire ce que j'ai à faire autour de ça » (Marcel). Certains s'adonnent également à une planification quotidienne ou annuelle, selon, respectivement, l'entretien personnel (hygiène physique et mentale) ou les tâches de reproduction de la vie, et l'alternance des mois de travail et des vacances. Nous constatons que les éléments centraux de ces cycles s'apparentent à une véritable structure de l'emploi du temps des quatre jeunes adultes – prenant forme grâce à l'agenda ou des listes de choses à faire. Ces cycles donnent lieu à une articulation connue entre les activités, permettant d'anticiper le reste de la journée/semaine/année ou d'orienter des gestes qui requièrent régularité (comme le paiement de factures dans le cas de Léa). Léa affirme justement avoir besoin d'une « structure » pour l'empêcher de se perdre « dans une espèce de chaos », que l'on pourrait associer à un emploi du temps trop souple. Autrement dit, tel que le signalent les recherches (cf. chapitre II), planifier de manière routinière donne lieu à un ensemble de repères, permettant d'avoir un contrôle sur son existence, et de la concevoir ainsi comme un tout cohérent, ce qui contribue à l'équilibre mental.

En outre, nous avons remarqué que les périodes qu'ils réservent au temps libre sont également marquées par la planification : Pierre note son temps de qualité dans son agenda pour ne pas l'oublier, Léa le prévoit grâce à des listes de choses à faire, Marcel dispose de ses soirées et de ses dimanches pour du temps « variable », Sophie planifie son temps de qualité avec son copain. Ces périodes, bien que caractérisées par une certaine liberté et non concernées, en principe, par le souci de l'heure, sont tout de même gérées selon la même logique distributive que le travail ou les études, c'est-à-dire de façon serrée, avec une plage horaire définie. Ainsi, même si leur contenu peut se décider à la dernière minute, elles sont étroitement planifiées dans le découpage hebdomadaire et permettent de se livrer aux activités choisies, pouvant s'apparenter pour certains au flânage (sur

l'ordinateur ou l'Internet, par exemple), souhaité, mais lorsqu'il est limité dans le temps, balisé. La routine offre alors une armature, nécessaire et vécue telle, condition selon des degrés variables à une relaxation du sentiment d'obligation. La régularité de certaines activités permet ainsi le sentiment de contrôle sur lesdites activités mais aussi les activités par ailleurs dégagées de cette routine.

Cette planification rigoureuse des plages horaires, dont une part au contenu plutôt souple, nous fait penser, à première vue, à l'hypothèse de Lipovetsky (cf. chapitre I) selon laquelle, à l'époque dans laquelle nous nous trouvons, même les temps non contraints de la vie devraient faire preuve d'une certaine efficacité, ce qui expliquerait leur prévision étroite. Toutefois, en considérant les propos de nos collaborateurs et le contexte dans lequel ils évoluent, il nous semble que celle-ci ait plutôt pour fonction de juguler une certaine angoisse, que celle-ci soit existentielle ou liée à une période précise. Ainsi, celle-ci pourrait être liée à la peur de l'ennui, comme on peut le constater dans les propos de Léa et de Marcel : « [Je veux être] sûre de faire quelque chose de concret et d'utile. [...] Je ne peux pas me permettre de m'ennuyer, la vie est trop courte » (Léa); « Quand on veut faire beaucoup de choses dans la vie, il faut essayer de perdre le moins de temps possible » (Marcel). On peut se demander, d'autre part, si cette routine organisationnelle, en sus des avantages qu'ils en donnent, ne leur permet pas de composer avec la vastitude et l'incertitude de leurs projets de vie (cf. 5.1.4), du moins actuellement. En effet, dans l'étape de transition dans laquelle ils se trouvent et aux fins d'une exploration optimale tous domaines confondus de ce qui s'offre à eux, toute perte de temps semble à éviter puisqu'elle freine l'expérimentation et du coup, les preuves d'autonomie. Dans ce contexte, la planification serrée et routinière, même des temps non contraints, conforterait leur sentiment de sécurité ontologique (cf. chapitre II).

5.2.3 Le bien-être par la vie collective et le partage

Au fil des entrevues, il s'est avéré que les routines liées au partage revêtent une grande importance pour nos participants. Plus précisément, il nous semble que c'est la vie de groupe – notamment avec des êtres de leur âge –, ou en faire partie intégrante, qu'ils affectionnent particulièrement. Souvenons-nous, à ce propos, pour commencer, de leur impatience de déménager en ville, dont tous ont mentionné les routines collectives liées à l'organisation du vivre-ensemble, grâce à l'observation d'habitudes de charité, de bienséance et de reconduction de modes de vie ethnoculturels. Ainsi,

Pierre est heureux de la perpétuation de l'entraide à Montréal, Léa remarque les nombreuses files d'attente, et tous admirent l'ouverture et la diversité culturelle de la ville, que ce soit dans le domaine culinaire ou artistique. Mentionnons également leur utilisation tout de même routinière des transports en commun, témoignant sans doute de leur désir d'intégration dans ce monde urbain, en sus de leurs capacités financières et/ou de leur posture écologique.

D'autre part, nous retrouvons ce désir de partage également dans le domaine privé, puisque les jeunes adultes de notre recherche se réservent souvent un espace-temps qu'ils consacrent à la vie de groupe. Ainsi, régulièrement, ils s'adonnent à des activités ludiques ou sportives avec leur colocataires et/ou leurs amis, partagent des conversations autour d'un verre ou d'un repas, chez eux ou à l'extérieur, pour satisfaire leur besoin de convivialité. « J'aime ça faire des gros soupers avec dix personnes, [...] j'aime ça recevoir des gens » (Léa). Les pièces communes de leur appartement tels le salon ou la cuisine sont alors idéales, selon leurs propos, pour « faire du social ». Dans le même ordre d'idée, il leur arrive de quitter la ville pour rendre visite à des amis, ce qui témoigne de leur besoin de maintenir un réseau social riche et de souvent se retrouver entre pairs, davantage qu'en famille, même s'ils entretiennent des liens avec celle-ci.

Les routines de reproduction de la vie sont un bon exemple de ce désir de partage puisqu'elles s'effectuent grâce à l'implication et la collaboration souhaitée de chacun des colocataires. Ainsi, grâce à une entente écrite (Léa), verbale (Marcel, Sophie) ou laissée à l'initiative, ils comptent sur la prise en charge, par chacun, de son rôle quant aux tâches qui lui reviennent et ce, par alternance et principalement pour les espaces communs. L'ordre dans les pièces communes, particulièrement, et le repérage rapide des objets fonctionnels essentiels au quotidien confirme la nécessité de ces routines, qu'elles soient exécutées dans le plaisir ou non. « Je ne veux pas avoir à chercher ce dont j'ai besoin, donc si je fais de la cuisine et que j'ai besoin d'un ouvre-boîte, je m'attends à ce qu'il soit dans le premier tiroir, s'il n'est pas dans le premier tiroir, il devrait être dans l'évier parce qu'il est peut-être sale⁴¹ » (Sophie). Le temps ne peut être ainsi gaspillé à des gestes évitables. Si certaines tâches sont négligées, le manquement aux responsabilités (pouvant ultimement être source de conflit) est aussitôt souligné et le colocataire « fautif » rappelé à son devoir. Les tâches font donc l'objet soit d'improvisation, soit de négociation, mais ce, dans la souplesse, ce qui les rend peu routinières, ou en en gommant le caractère routinier. C'est que les routines, dans ce domaine, s'apparentent à leurs

⁴¹ Cet extrait ne figure pas dans la présentation du récit de Sophie.

yeux, au contraire, à des « manies » (Léa), impliquant minutie (Sophie) ou résultant d'une absence de choix, desquelles ils s'estiment loin (nous y reviendrons).

Qu'ils la considèrent routinière ou pas, nous constatons que l'exécution de ces tâches selon l'entente prise s'avère indispensable, pour nos jeunes adultes, au fonctionnement optimal d'un système familial, à la gestion d'un foyer au sein duquel cohabitent plusieurs membres, puisqu'elle participe au sentiment de bien-être collectif qui y règne. « C'est du temps bien investi [...] dans la qualité de vie » (Pierre, qui regrette le peu d'implication de ses colocataires, l'entente, dans son cas, étant inexistante). Plus précisément, établir ce sentiment de bien-être et être partie prenante de son maintien revêt une grande importance pour les jeunes adultes, ce qui n'est pas sans faire penser au rôle d'un parent responsable du foyer, comme dans les cas de Pierre, Marcel ou Sophie. Les parents de ceux-ci exigeaient effectivement qu'un certain nombre de tâches soit pris en main par les enfants vivant sous leur toit, leur contribution allant de l'implication minimale (Marcel), à la résistance (Sophie) en passant parfois par le partage (Pierre). « C'était une façon pour mes parents de bien gérer » (Pierre). Léa, quant à elle, même si elle affirme que peu de routines étaient présentes lorsqu'elle vivait chez sa mère, se considérait tout de même « mère poule » quand elle s'occupait de sa sœur, ce qui confirme ce lien entre parent et « reproducteur de la vie ». À présent, donc, puisqu'ils ont quitté le foyer parental, nous remarquons que ce rôle de parent ou de guide instaurateur de routines domestiques revient aux jeunes adultes, qui s'efforcent de reproduire la constitution du foyer, non plus familial, mais amical, les amis étant devenus leur groupe de référence. Ils prennent donc eux-mêmes les « commandes » dans l'exécution et la direction des routines de reproduction de la vie, la transmission aux colocataires se faisant avec plus ou moins de succès, mais toujours de façon informelle. Marcel se perçoit d'ailleurs comme « papa dans le groupe ou boss dans la place ». Ce rôle de « meneur – veilleur » se retrouve également dans les habitudes alimentaires des jeunes adultes puisque, en bons responsables, ils surveillent leur alimentation selon leurs besoins et les carences auxquelles ils doivent pallier de même que la qualité de l'approvisionnement. L'approvisionnement, la préparation et l'ingestion des repas sont variables, allant de la prise en charge individuelle (Pierre, Marcel) au partage complet (Sophie), dans ce dernier cas l'appréciation des autres renforçant les talents, l'audace et l'éventuel leadership en la matière, consolidant le rôle de parent nourricier (reprenant certains éléments des modèles parentaux) dont on traitait plus tôt ou, à tout le moins, de « référence pour les autres ».

Le besoin de partage régulier, de faire partie d'un groupe et de participer à sa dynamique, témoigne en somme d'une aspiration des jeunes adultes à faire partie d'un ensemble en tant qu'individus autonomes, acteurs, prêts à répondre à leur tour aux coutumes de charité et de bienséance préalablement observées en ce qui a trait à l'espace urbain, et à participer à la constitution et à la continuité d'un nouveau foyer amical, dans le domaine privé. Outre l'appropriation de l'espace qu'il génère (ce qui rejoint nos propos du point 5.1.3) par la familiarité aux choses qu'il renforce (cf. chapitre II), il nous semble que le désir de s'inscrire dans un groupe localisé dans le temps et l'espace et d'y perpétuer son existence s'apparente au besoin de créer un lieu, au sens du lieu anthropologique d'Augé⁴² (cf. chapitre I). Ainsi, participer à la vie urbaine et de quartier et accomplir, en groupe, des routines de reproduction de la vie, même pour une courte durée, consisterait, pour les jeunes adultes, à dessiner des parcours singuliers et collectifs qui se croisent et se mêlent, à être en relation avec les choses, les autres humains et eux-mêmes, ce qui contribuerait à la consolidation de leur identité individuelle, mais aussi à leur capacité à être-ensemble, contrastant ainsi avec les tendances culturelles de vitesse et de mobilité exposées au point 1.2.4, synonymes, en large part, de non-lieux ou encore d'espaces où ne peuvent que très peu ou pas se pratiquer et se symboliser le temps de l'identité et d'une relation aux êtres et aux objets.

Enfin, nous parlions au point 5.1 de cette *métanalyse* du désir de nos jeunes adultes de vivre hors de la référence parentale, désir mis en relief par des différences senties dans l'exécution des routines. Nous constatons que certaines références familiales semblent tout de même subsister, puisque la nécessité de se livrer à des routines de reproduction de la vie semble tout droit découler des habitudes mises en place au foyer parental. Comme nous l'avons brièvement souligné au point 2.4.1.2, des tensions demeurent, entre différenciation et ressemblance aux parents et à leurs façons de faire.

5.2.4 Le calme par l'écart de la vie commune

À travers leur discours, les jeunes adultes ayant participé à notre recherche ont exprimé à plusieurs reprises leur besoin périodique, mais non moins important, de calme et de silence. Ainsi, pour

⁴² À la fois identitaire, relationnel et dans une moindre mesure ici, historique, mais de toutes manières symbolique au sens de complémentarité significative entre êtres et entre réalités.

satisfaire ce besoin, ils se consacrent régulièrement un espace-temps pour se retrouver, en sécurité, seuls avec eux-mêmes, au sens propre et figuré et ce, en contraste avec les aléas et les charmes de la vie commune, en ville comme en colocation (cf. 5.2.3). Alors, ils peuvent momentanément se couper du monde extérieur, ignorer les autres, et demander à être ignorés par eux : « Quand je veux me retrouver avec moi-même, [...] je ne veux pas qu'il y ait des gens qui viennent me déranger » (Léa). Ainsi, en se réfugiant dans une bulle (le soir, principalement, pour Sophie), dans la tranquillité, il leur est possible de s'apaiser, se reposer et, de la sorte, de reproduire leurs forces (Pierre) pour retrouver et/ou préserver la sérénité (Marcel). Pour ce faire, il s'agit, pour les jeunes adultes, de se détendre en pratiquant différents sports, en se vouant à des loisirs individuellement, loisirs liés à des modes d'expressivité singuliers, comme la photographie, la musique, la couture, la sculpture, ou la cuisine, et parfois à un besoin de solitude inhérent à l'activité (par exemple, apprendre une langue) ou choisi (faire le marché, lire, regarder des films). Souvent, les espaces aménagés, décorés et dont l'entretien s'est fait selon leurs propres goûts leur permettent d'assouvir ce besoin d'intimité, puisque, rappelons-nous, ils reflètent certaines de leurs caractéristiques personnelles leur permettant de s'y sentir soi (cf. 5.1.3). Pour la plupart d'entre eux (Pierre, Marcel et Sophie), il s'agit de leur chambre, territoire-cocon dont ils protègent précieusement les frontières comme justement à la fois une marque et un répit identitaires, offrant une stabilité dans ce qu'ils n'ignorent pas être une période de passage, à la fois existentiel et organisationnel. Notons enfin qu'il s'agit d'un besoin périodique, un simple changement d'air, la vie communautaire et le feu de l'action urbain n'étant jamais très loin, comme nous le précise Marcel : « J'aime ça être à l'écart tout en étant proche quand même ».

D'autre part, nous affirmions au point précédent que nos jeunes adultes désiraient déménager en ville pour faire partie de l'organisation urbaine et en reproduire le mode de vie. Tirer parti des bénéfices de la ville (reliés aux habitudes de courtoisie, du moins, celles observées par eux) semble toutefois impliquer d'en connaître également ses moins bons côtés. Ainsi, Pierre regrette les tendances conservatrices ou individualistes de certains individus, tandis que Sophie déplore le vacarme, la hâte et la froideur architecturale propres aux centres urbains. Également, bien qu'un certain anonymat y soit apprécié, assurant discrétion et égalité avec des milliers d'autres personnes, donc non-jugement – « On ne me regarde pas avec des gros yeux quand je sors dans un centre d'achat » (Léa) –, en expérimenter l'excès, voire l'indifférence est, en retour, dénoncé. Ces inconvénients, il nous semble, sont à l'origine d'escapades ponctuelles hors de la ville qui, en plus de permettre la visite d'amis (cf. 5.2.3), justifient des pauses du divertissement et de la cohue urbains.

À ce propos, il nous semble avoir perçu dans les propos de nos collaborateurs une certaine idéalisation de la vie dans les régions éloignées de la ville, dans les banlieues – dans le cas de Léa, lorsqu'elle nous parle de son aspiration à avoir une maison « quelque part dans l'ouest ou dans l'est de Montréal » – ou les villages campagnards, voire même d'une époque passée, chez certains, lorsque « les routines intimes primaient sur les routines obligées » (Pierre). Nous nous demandons alors si celle-ci ne serait pas en lien avec leur rapport aux technologies et aux outils de communication, qu'ils considèrent comme faisant partie intégrante de leur mode de vie, particulièrement l'ordinateur et le téléphone cellulaire – « C'est ancré en nous, on est nés avec ça ou presque, dans nos mains » (Marcel) –, mais dont ils estiment la présence et l'utilisation par les individus excessive, devenue banale, et rendant les relations humaines de moindre qualité. Tandis qu'ils se considèrent, quant à eux, contraints de s'adapter à cette omniprésente technologique, ils semblent vanter la meilleure qualité des échanges perçue dans les villages (Pierre), la planification moins formelle des horaires dans les petites villes ou en campagne (Marcel, Sophie) et, dans le cas de Léa, le côté moins technologique d'un vieux appareil-photo, lui rappelant un « retour au *roots* ».

Finalement, il nous semble que le besoin de calme exprimé par les jeunes adultes de notre recherche, satisfait par des coupures de la vie urbaine et de ses technologies, s'apparente à un désir de fuite des non-lieux (cf. chapitre I), caractérisés par la mobilité, la fonctionnalité, la circulation accélérée, la consommation, l'individualité et l'anonymat, ce qui corrobore nos propos du point précédent, 5.2.3. Et encore ici, en lien avec l'identité, on peut avancer qu'elle se fabrique du va-et-vient entre lieux et non-lieux, englobant à la fois espaces sociaux et espaces intimes.

5.3 La perception de la routine des jeunes adultes

5.3.1 Définition « rationnelle » de la routine : une source de stabilité

La routine, selon les propos de nos participants, concerne dans leur vie des activités liées surtout à l'organisation du travail ou des études, moindrement à la reproduction de la vie et aux relations sociales. La définition qui ressort des propos de nos quatre jeunes adultes combine trois éléments de la vie quotidienne : le temps, l'espace et le comportement. Un point commun important entre ces éléments est la stabilité, qui découle de leur caractère rythmique répétitif, connu, reconnaissable,

donc prévisible. En effet, pour ce qui est du marqueur temps, la routine implique la répétition ou le retour régulier d'activités d'importance mineure selon des cycles plus ou moins longs. En ce qui concerne l'espace, les collaborateurs associent à de la routine la position de repères fixes dans leur environnement domestique, tels un endroit fréquenté de manière répétitive ou des objets occupant toujours la même place. Enfin, les routines comportementales qu'ils ont relevées concernent des manières d'être et d'agir propres à chacun, semblables, régulières, fiables, voire automatiques – un « pattern d'actions » selon Sophie –, permettant d'organiser son emploi du temps. Lorsqu'interrogés directement à ce sujet, nos jeunes adultes mentionnent comme effets des activités de routine qui se trouvent dans leur vie l'encadrement, la structure (Pierre) procurant sécurité (Léa), contrôle, efficacité (Marcel) ainsi que temps pour soi, essentiels à la construction identitaire (Sophie). Ces caractéristiques rejoignent d'ailleurs certains des attributs de la routine présentés au chapitre II, comme la charpente ou la source de sécurité qu'elle représente.

Marcel et Sophie soulignent d'autre part le caractère acquis, irréfléchi, machinal des routines auxquelles ils s'adonnent dont c'est l'absence qu'ils remarquent et qui frappe :

La routine, ce n'est pas supposé être quelque chose de spécial. C'est quelque chose de spécial si je ne le fais pas (Marcel); On dirait que je me sens d'une façon particulière quand je ne peux pas avoir ces activités-là, [...] il y a comme le *hey* qui se passe dans ma tête, [...] quand cette routine-là change, [...] il y a un petit déséquilibre qui me force à agir autrement (Sophie).

Le fait que l'absence de certaines routines ne passe pas inaperçue – contrairement aux routines elles-mêmes – indique alors, en creux, un besoin, peut-être inconscient, de ces routines, le besoin s'apparentant aux choses considérées comme nécessaires à l'existence (nous y reviendrons).

5.3.2 Perception spontanée de la routine : entre obligation et ennui

Parallèlement, un autre élément qui ressort des propos des participants sur la routine en tant que telle est son caractère imposé, figé, ennuyeux et sclérosant, l'apparentant alors à une contrainte imposée de l'extérieur ou autoproduite limitant la création, ce que tous nos participants rejettent ardemment. Ainsi, ils perçoivent une grande partie des routines auxquelles un individu est confronté dans sa vie comme « obligées » (Pierre), découlant de responsabilités, de statuts et systèmes de

place traditionnellement associés à la vie d'adulte et qu'ils n'ont/n'auront pas le choix d'assumer. L'occupation d'un emploi stable (la mention de 9 à 5, *du lundi au vendredi* est revenue souvent dans les propos des collaborateurs), par exemple, servirait majoritairement à assurer un revenu pour soi et sa famille, celui-ci ayant pour but principal de faire des individus de bons consommateurs, « esclaves de leurs agendas » (Sophie). La notion d'utilité sociale ou morale découlant de l'occupation de cet emploi n'a pas été abordée, et celle de plaisir, très peu, comme si on ne retenait du travail certes, en « attendant » un statut plus formel, que le caractère alimentaire. Pareillement pour les habitudes imparables plus ou moins typiques selon les familles, dont la raison d'être serait dictée par la nécessité de la reproduction de la vie et les besoins des enfants, jusqu'à un certain enfermement dans les pratiques : « C'est assez classique, les familles, papa va chercher les enfants, maman va les porter » (Pierre); « J'allais chez mes amis qui avaient vraiment une routine établie, [...] ils mangeaient à une heure précise, à la table, chacun avait sa place précise, [...] puis en lien avec ce qu'on mange, il faut que le ketchup soit sorti » (Léa). Léa associe même la routine à un modèle hiérarchique familial, auquel il faudrait rigidelement s'imposer de correspondre : « Il y a une structure qu'on nous enseigne en tant que la famille qu'il faut avoir dans la vie : [...] ta mère doit être plus haut placée que toi parce qu'elle t'a donné la vie et ton père, c'est la figure d'autorité du foyer ». On peut alors penser que le statut de la routine est différent selon l'ampleur de ce à quoi on réagit de la vie familiale, dans un gradient allant de routine comme contrainte stricte de laquelle l'on veut s'évader à routine comme assignation incontournable à certains repères essentiels à l'équilibre individuel et groupal.

La routine étant donc issue de rôles sociaux traditionnellement remplis par des adultes – l'occupation d'un emploi stable générant un revenu, la propriété d'une maison et d'une voiture et la fondation d'une famille – et de la sorte largement associée à une contrainte, nos jeunes adultes affirment ne pas être touchés par ce genre de routines du fait de leur statut d'étudiant. Ainsi, pour Pierre, qui estime la routine « faible » dans sa vie, une routine sera à considérer lorsqu'il sera « rendu avec des enfants et une famille, puis une maison puis des paiements puis un travail ». Léa, quant à elle, oppose les étudiants et les « individus travaillant quarante heures par semaine. [...] En allant travailler, c'est une routine que tu t'imposes ». Dans ce contexte, la routine (comme ils l'entendent) ne s'appliquerait consciemment qu'aux sphères imposées de leur vie (travail – études), et serait absente de la sphère privée et domestique, où une existence sans responsabilités – notamment financières – sont idéalisés. « À la maison je ne fais pas comme au travail, [...] puis la routine n'existe pas à la maison donc dès que j'arrive du travail, [...] ça n'existe plus cette notion-là » (Sophie). Pour Léa, se soumettre à un

horaire plus strict – se rendre au *gym*, faire partie de l'équipe de basket-ball de l'université ou encore consommer des repas « préalablement préparés à 6h30 du matin » équivaut à une sorte de « perfection » ne pouvant être atteinte que par peu d'étudiants. « Ne pas avoir de routine, pouvoir avoir une voiture et me promener n'importe où sans avoir à penser à payer mon gaz, à payer quoi que ce soit d'autre, [...] admettons être millionnaire, sûrement que je n'aurais pas de routine, c'est le financement qui fait la différence » (Pierre), comme si la routine était associée à une forme de parcimonie, et la richesse n'était que synonyme de fantaisie. Autrement dit, il semble que le faible niveau d'obligations et/ou de responsabilités, envers les autres ou pas, contribue à la « légèreté » de la routine.

5.4 Pour conclure : un jeu complexe entre identification, affirmation de soi, représentations, et pratiques

Il nous semble clair que les quatre participants de notre recherche entretiennent un rapport ambivalent avec la routine, en adoptant à son sujet des positions plutôt extrêmes, comme nous avons pu le voir ci-haut. Ainsi, ils l'associent consciemment à une contrainte qu'on leur donne, une limite imposée de l'extérieur qui les paralyse, les emprisonne et les ennuie, sans qu'ils en aient le contrôle, ce qui confirme la mauvaise réputation de la routine ayant cours dans l'air du temps (cf. 2.3.1) et les craintes d'engourdissement dont elle fait l'objet (cf. 2.3.2). D'ailleurs, Léa et Sophie manifestent leur accord avec certaines allégations circulant dans les médias, vantant la nécessité du changement et de l'évasion, par opposition à la routine du quotidien, synonyme de léthargie et de mort. Il nous semble, alors, que cette conception désavantageuse renvoie notamment à la vie antérieure chez leurs parents, à la stabilité et à la dimension installée que celle-ci impliquait, dont ils voudraient à toute force – pour l'instant – se dissocier, renforçant la légitimité de leur départ comme condition « d'entrée » réelle dans la vie d'adulte. Il se peut alors qu'à la limite, la déqualification de la routine serve de puissant prétexte pour se détacher du monde connu, la routine étant intrinsèquement liée au repérage implicite et éprouvé de gestes et de pratiques « usuelles ».

L'évitement délibéré de la routine est donc corrélé avec une période de la vie consacrée à l'exploration de soi et des lieux de réalisation (cf. 5.1.4), mais la routine n'en existe pas moins, non avouée, reproduite plus ou moins implicitement selon des références passées, au-delà des lieux

communs, pour s'assurer de repères devant une incertitude existentielle (revers de l'exploration), elle non plus non avouée, tel que nous l'avons vu tout au long du point 5.2. Ce constat pourrait nous aider à répondre à la première partie de notre question de recherche, à savoir *Comment les jeunes adultes québécois ayant quitté le domicile parental se représentent-ils la routine dans leur processus de reconstruction identitaire?* Elle serait à la fois honnie et imparable, cette fois, justement du fait du phénomène de pivotement identitaire et de sa charge d'incertitude.

Pour tenter une réponse à la suite – *Quelle place les jeunes adultes québécois [...] attribuent-ils à la routine, sous quelles formes, quels discours et révélant quelles fonctions [...]?* –, nous pouvons affirmer qu'implicitement, même s'ils ne les voient pas comme telles, des routines existent dans la vie de nos jeunes adultes, qui jouissent de ses automatismes. Ces routines occupent différentes fonctions. Ces fonctions, c'est-à-dire le croisement entre les motivations à se livrer à une pratique et ses effets, émanent de l'examen des représentations, elles-mêmes issues des récits sur les pratiques. Donc, on peut voir les routines, dans la vie des jeunes adultes :

- premièrement, en tant que voies d'accès à des activités incontournables (comme les heures de lever ou les routines matinales, tremplin pour le départ en bonne et due forme à l'école ou au travail, même si on peut être récalcitrant) : il s'agit d'une fonction processuelle, partie intégrante d'un trajet ou d'un parcours qu'il soit de quotidien (en dominante) à annuel;
- ensuite, comme bases d'un usage rationnel du temps (lui-même semblant contraint) d'une part pour éviter l'oubli des périodes aux fins librement choisies et, d'autre part, pour éviter le désordre, le chaos qui effraie et, du coup, se sécuriser : il s'agit d'une fonction prophylactique de santé, à tous égards;
- enfin, et c'est un point essentiel, comme conditions de mise en place d'états régénérateurs, que ce soit par le partage, la vie de groupe, ou le repos, la solitude : il s'agit d'une fonction réparatrice au sens de création symbolique.

Donc, pour conclure, la routine, dans la vie de nos jeunes adultes, est source inévitable mais avouée du bout des lèvres, de points de repères essentiels, en dominante fustigée, considérée a priori comme source d'automatismes sclérosants antinomiques avec son propre « élan ». Cette conception ambivalente peut être considérée dans le contexte de la décohabitation même, comme point d'appui au monde originaire refusé mais tout de même référentiel. Elle peut aussi être envisagée comme

signe de la profondeur des bouleversements identitaires à l'œuvre chez ces jeunes adultes, même si leur discours cherche à (se, nous) rassurer.

Pour faire un lien avec notre problématique et le contexte socio-économique qu'elle mettait en relief, il semble que nos jeunes adultes n'en soient que partiellement influencés. Ainsi, en ce qui concerne la consommation, mis à part le fait que leurs moyens financiers ne le leur permettent pas, ils ne semblent pas accorder au renouvellement constant des objets l'importance qu'ils donnent à la réutilisation et au partage des biens, périssables ou non. De même en ce qui concerne les médias, dont ils ne semblent pas affectionner particulièrement l'ici et maintenant suggéré par la littérature, le fait de zapper d'un site Internet à l'autre faisant partie d'un « circuit d'information ». Enfin, pour ce qui est des milieux de travail, il nous est apparu clair qu'ils n'étaient pas prêts à sacrifier leur temps libre au profit de l'emploi comme de nombreux auteurs le dénonçaient. En fait, bien qu'ils soient issus d'une génération ayant eu à expérimenter en premier un certain nombre de phénomènes définissant ce contexte socio-économique, il semble que les jeunes adultes de notre recherche se situent plutôt dans la résistance telle que nous l'avons présentée au chapitre I. Ainsi, ils tentent, selon nous, par tout un ensemble de routines répétées, de s'approprier au mieux leur mode de vie quotidien, qu'ils veulent en rupture, le plus souvent relative, avec celui qu'ils connaissaient lorsqu'ils vivaient chez leurs parents, pour ultimement accéder à la découverte de leur véritable soi, adulte, mais qui ne soit pas en retour trop déterminé par les effets de mode. C'est là que la routine vient contenir, à la fois au sens de contenant rassurant et au sens de retenant les débordements du temps, tout en la gardant elle-même à l'œil.

Les significations, les valeurs, les symboles et les représentations qu'ils se font de la routine, les manières de composer avec le court terme et la vitesse sont certes marquées par ledit contexte socio-économique, mais surtout par l'étape de vie à laquelle ils se trouvent, où c'est l'exploration, le « touche-à-tout », la considération des différentes avenues (pour revenir avec la notion de la petite route) qui sont mis de l'avant. La routine devient ainsi, de facto et mine de rien, un aide à penser, davantage qu'un assommoir de créativité.

CONCLUSION

Cette recherche en communication portait, plus largement, sur les représentations de la routine et, plus spécifiquement, sur la place et les fonctions qu'elle occupait éventuellement dans la vie de nos participants, découlant de ces représentations et les nourrissant aussi. Ces participants étaient des jeunes adultes québécois, étudiants, ayant quitté le domicile parental dans les dernières années et vivant en colocation. De la sorte, notre recherche comportait aussi une dimension identitaire, de par la (re)construction que l'investissement d'un nouvel environnement entraîne. Pour terminer, à des fins de contextualisation sociale, économique et culturelle – le contexte participant à la formation des représentations –, elle s'inscrivait dans l'atmosphère dite surmoderne des sociétés occidentales actuelles. Ainsi, la question de recherche que nous avons documentée était : *Comment les jeunes adultes québécois ayant quitté le domicile parental se représentent-ils la routine dans leur processus de (re)construction identitaire? Plus précisément, quelle place les jeunes adultes québécois ayant quitté le domicile parental attribuent-ils à la routine, sous quelles formes, quels discours et révélant quelles fonctions, dans leur processus de reconstruction identitaire?* Grâce à une démarche inductive incluant une exploration théorique, nous avons donc procédé à une enquête de terrain pour recueillir les récits de quatre jeunes adultes et à une analyse par théorisation des données recueillies.

Tout d'abord, dans le chapitre I, après une riche exploration de la littérature, nous avons dressé, comme toile de fond de la routine, un portrait de la situation socio-économique dans laquelle baignent, au 21^{ème} siècle, les sociétés et les cultures occidentales, en exposant les rapports au temps et à l'espace dominants des individus y vivant, ainsi que les valeurs et les normes qui les sous-tendent et auxquelles ils donnent lieu. Les positions, sur ce sujet, de Marc Augé, Simonetta Tabboni et Nicole Aubert ont entre autres été exposées. Puisque nos sujets étaient des jeunes adultes, nous avons également présenté quelques caractéristiques de la génération à laquelle ils appartiennent, afin de mieux en comprendre les enjeux.

Ensuite, au chapitre II, c'est sur le concept de la routine en tant que tel que nous nous sommes majoritairement penchée. Grâce aux analyses de Richard Sennett, Jean-Didier Urbain, Henri Lefebvre et Anthony Giddens, nous en avons présenté plusieurs significations ayant cours dans la littérature et dans le sens commun, à savoir, notamment, son sens péjoratif, la charpente et la source de sécurité

qu'elle constitue. De même, à la fin du chapitre, nous avons traité de l'identité et de sa (re)construction dans le cas de nos participants, et ce toujours en lien avec la routine, puisqu'elle est une dimension principale du départ de la maison parentale, avec la quête d'autonomie et la redéfinition des statuts.

Par ailleurs, notre troisième chapitre était consacré à la présentation de la méthodologie utilisée pour faire le lien entre nos chapitres théoriques et l'enquête de terrain envisagée, ainsi qu'aux aspects techniques de cette dernière. Puisque notre objectif de recherche en était un d'exploration, c'est la démarche qualitative que nous avons privilégiée, avec comme méthode de collecte des données le récit de vie thématique, et comme méthode d'analyse la théorisation ancrée. Les principaux auteurs qui nous ont guidée à ce propos étaient Daniel Bertaux, Pierre Paillé et Alex Mucchielli. C'est dans ce chapitre, également, que nous avons traité des aspects déontologiques de notre recherche, rimant pour nous avec rigueur intellectuelle.

Au chapitre IV, ensuite, nous avons présenté les résultats de l'enquête menée sur le terrain, selon une même structuration des dimensions pour chacun de nos collaborateurs. Enfin, le chapitre V a été consacré à la *métanalyse* qui consistait à effectuer un croisement entre les constats de la première analyse des récits et les concepts exploratoires issus des chapitres I et II. Cette analyse transversale visait bien plus qu'une simple confrontation des récits, dans le sens qu'elle exposait les constats majeurs du terrain en les plaçant sous la loupe théorique pour en faire émerger les nuances et/ou les aspects complémentaires apparus au cours des entretiens.

Avancer que les activités de routine procurent structure, prévisibilité et sécurité aux individus qui s'y consacrent ne constitue pas une découverte en soi. Toutefois, la perspective dans laquelle nous avons traité ce recours (ou pas) aux routines et le discours qui en est fait, surtout par des jeunes adultes en (re)construction identitaire, le tout situé dans le contexte socio-économique de rapport au temps et à l'espace décrit au chapitre I, s'est révélée fort enrichissante. Mentionnons, à ce titre et succinctement, les constats majeurs ressortis du travail d'analyse :

- Il y a bien une place pour la routine dans la vie des jeunes adultes, même si cette place n'est pas ouvertement avouée, et peut même se trouver contestée;

- La routine a une fonction processuelle : suivie tel un parcours quotidien, hebdomadaire ou annuel, elle mène aux activités essentielles de l'existence;
- La routine a une fonction préservatrice de la santé, en ce qu'elle permet à la fois des moments de ventilation mentale et la résistance au chaos;
- La routine a une fonction régénératrice, grâce aux états d'hygiène mentale qu'elle aide à mettre en place, si ce n'est une certaine harmonisation des composantes de l'identité.

En ce qui concerne le contexte socio-économique, il est surprenant de constater qu'il ne pèse pas aussi lourd que nous l'aurions pensé dans le passage à l'action de routine des jeunes adultes. Bien entendu, leur perception de la routine en est certes influencée, en ce qu'ils la considèrent a priori comme source d'ennui et fruit d'obligation, mais alors que l'on s'attendait à ce qu'ils « croquent à pleines dents » dans les nouveaux rapports au temps et à l'espace du monde contemporain exposés au premier chapitre de ce mémoire, il s'avère qu'ils priorisent davantage la « prise de possession » de leur univers quotidien, avec ce qu'elle implique de répétitions, afin d'explorer une multitude de possibilités et se construire une vie d'adulte sans trop rien laisser au hasard.

Ce mémoire nous aura donc permis d'explorer les représentations de la routine de jeunes adultes québécois vivant un processus de (re)construction identitaire, ainsi que la place et les fonctions qu'elle occupe éventuellement à ce moment, dans leur vie. Nos réflexions ouvrent la voie à de nouvelles pistes de recherche. Par exemple, il serait intéressant de se livrer, avec les mêmes participants, à la même recherche, mais dix ans plus tard, ce qui constituerait une étude longitudinale. De la sorte, nous pourrions explorer la présence, le statut social ou le rôle éventuel de la routine et ce, alors qu'ils seraient sortis de cette « étape identitaire d'exploration » et possiblement « installés dans leur vie d'adulte », afin de découvrir la nature de leurs conceptions de la routine d'alors. Une autre possibilité serait d'étudier les représentations de la routine, sa place éventuelle et ses fonctions dans la vie d'individus expérimentant un autre genre de (re)construction identitaire, à savoir le processus migratoire.

Pour ce qui est des limites que nous pouvons déceler à notre travail, elles seraient de trois ordres. Premièrement, l'avantage de précision que nous pouvons attribuer à notre recherche – par le grand nombre de dimensions investies en terrain, les critères assez restrictifs de sélection de nos participants – pourrait être vu comme un inconvénient en ce qui concerne la réplication de celle-ci.

D'autre part, en ce qui a trait au *design* de la recherche, nous aurions pu, pour une vue plus panoramique de la routine, nous livrer à la technique d'observation des pratiques routinières de nos participants, que nous aurions pu croiser avec l'analyse. En effet, un discours seul sur la routine peut comporter une part d'idéalisation de la part des collaborateurs. Notons, toutefois, qu'il s'agit ici d'une limite du format mémoire car, comme nous l'avons déjà mentionné, le temps qu'aurait pris une observation aurait été nettement supérieur au temps généralement alloué à la collecte de données au sein de ce format. Enfin, la troisième limite pourrait être impartie à la proximité de notre expérience personnelle de celle de nos participants. Ainsi, connaître certains des enjeux reliés à cette expérience de l'intérieur, comme nous en avons fait état dans l'introduction de ce mémoire, aurait pu donner lieu à des biais interprétatifs, que nous avons, pour le moins, essayé d'éviter.

C'est que d'une certaine manière notre objet de recherche pouvait aussi nous offrir une sorte de protection contre l'errance : si, on l'a dit, la routine signifie la petite route ou le petit chemin, la direction qu'a pris notre travail en fut résolument une de cheminement : d'abord en nous munissant des pistes anthropologiquement si fécondes que représentent le rapport au temps et à l'espace impartis dans un mouvement identitaire précis, nous nous sommes petit à petit aperçue que la routine venait les condenser et les éclairer; ensuite, en nous rendant disponible aux multiples échos suscités par l'évocation de cet objet, si « ordinaire », si peu spectaculairement communicationnel, à priori, nous n'avons pas manqué d'être frappée par sa polysémie; enfin, en investiguant par le détail pratiques et représentations, et en les plaçant dans un questionnement qui permet de constituer le puzzle de la routine, il nous a semblé que celle-ci apparaît comme un trait implicite et fécond de l'échange entre humains et de ses conditions de réalisation.

Nous espérons que les lecteurs le retiendront aussi.

APPENDICE A

RECHERCHE DES PARTICIPANTS

Courriel envoyé le 21 janvier 2010

Sujet : Recherche de participants pour mémoire de maîtrise

Bonjour à tous,

J'espère que vous allez bien.

Comme certains d'entre vous le savent déjà, je suis en rédaction à la maîtrise en communication à l'UQÀM et je m'intéresse aux routines des jeunes adultes ayant quitté la maison de leurs parents. En ce moment, je suis à la recherche de participants pour ma collecte de données. En fait, j'essaie de trouver des gens par différents moyens depuis le mois d'octobre déjà, sans grand succès, alors je me suis dit qu'il y aurait peut-être des chances en passant directement par mon réseau personnel.

Je vous ai peut-être déjà contactés l'année dernière pour des raisons similaires, mais il s'agissait seulement d'une « pratique » dans le cadre d'un cours. Cette fois-ci, c'est « la bonne » et les critères à satisfaire pour être participant ont un peu changé.

Donc, je suis à la recherche:

- d'étudiants;
- qui ont quitté le domicile parental depuis 2 ans maximum;
- qui vivent en colocation avec 1 ou 2 personnes autres que le/la conjoint(e);
- qui sont d'origine québécoise de langue française depuis quatre générations.

Ce que ça implique pour les participants, c'est d'être disponible pour deux entrevues d'une durée approximative de 90 minutes et de pouvoir réaliser au moins une de ces entrevues à leur domicile. Au terme des entrevues, ils recevront une rémunération de 25 \$.

Je sais, en général, que la plupart d'entre vous avez quitté le domicile parental depuis bien plus que deux ans. Cependant, si vous connaissez des individus qui répondent aux critères mentionnés ci-dessus, cela m'aiderait vraiment beaucoup à avancer si vous pouviez nous mettre en contact. N'hésitez pas non plus à faire circuler ce courriel dans vos propres réseaux.

De nouveau, merci beaucoup de votre collaboration,

Raluca Tomulescu

Étudiante à la maîtrise en communication
Université du Québec à Montréal

APPENDICE B

RECHERCHE DE PARTICIPANTS

Participation à une recherche sur la routine Rémunération de 25 \$

Critères à satisfaire :

- Être étudiant de l'UQAM
- Avoir quitté le domicile parental depuis 2 ans maximum
- Vivre en colocation avec une ou deux personnes autres que le/la conjoint(e)
- Être d'origine québécoise de langue française depuis quatre générations
- Être disponible pour deux entrevues d'une durée approximative de 90 minutes

Date limite :

12 février 2010

Contact :

Raluca Tomulescu

**Maîtrise en communication sous la direction de Luce Des Aulniers
Université du Québec à Montréal**

APPENDICE C

GUIDE D'ENTRETIEN

1. Par rapport à la culture dominante

- 1.1 **Extra-terrestre** qui débarque en Amérique du Nord, à Montréal. Comment qualifier la culture?
- 1.2 Place des **technologies** (transport/communication/domestiques) et motifs
 - 1.2.1 En général
 - 1.2.2 Dans ta vie
 - 1.2.3 Comparaison avec le foyer parental
- 1.3 Critères qui rendent une **information crédible**

2. Avant la décohabitation

- 2.1 **Incitation** à quitter le foyer parental
- 2.2 **Attirance** dans la vie à l'extérieur du foyer parental
- 2.3 Attentes
- 2.4 Craintes
- 2.5 Bilan éventuel : choses qui dérangent/surprennent/font plaisir dans la nouvelle vie et choses retirées de cette nouvelle vie [garder pour la fin éventuellement]

3. Choix de l'appartement et motifs (distances, ...)

4. Par rapport à l'espace

- 4.1 Aisance dans l'**appartement** actuel [bien distinguer l'appartement comme tel (le balcon éventuellement), la rue, le voisinage, le quartier, les types d'espace (commerciaux, verts)]
 - 4.1.1 **Description** de l'appartement (éventuellement dessin)
 - 4.1.2 **Sentiment** général par rapport à l'appartement actuel
 - 4.1.3 Sentiment général par rapport au foyer parental
 - 4.1.4 « **Chez-moi** », à quoi ça réfère?
- 4.2 Aisance dans la **rue** actuelle/le voisinage
- 4.3 Aisance dans le **quartier**/les types d'espace (commerciaux, verts, ...)
- 4.4 Actes pour habiter l'appartement
 - 4.4.1 Conditions de **départ**/possibilités de changement
 - 4.4.2 Processus d'**ameublement** et de **décoration**

- 4.5 Espaces et objets dans l'appartement
 - 4.5.1 Préférence de « **coins** » et motifs
 - 4.5.2 Malaise par rapport à des « coins » et motifs
 - 4.5.3 Comparaison avec le foyer parental
 - 4.5.4 Préférence d'**objets** et motifs
 - 4.5.5 Malaise par rapport à des objets et motifs
- 4.6 Rangement
 - 4.6.1 Importance des **choses à leur place**
 - 4.6.2 Sélection d'endroits et de règles (pièces en ordre/désordre) et motifs
 - 4.6.3 Comparaison avec le foyer parental
- 4.7 Habiter
 - 4.7.1 **Marque** dans l'appartement? (Coins à l'image de soi)
 - 4.7.2 Délimitation explicite?
 - 4.7.3 En quoi la marque est reflet de soi?
 - 4.7.4 Coins pas à l'image de soi et motifs
 - 4.7.5 Comparaison avec foyer parental
- 4.8 Espace idéal (appartement/rue/quartier)

5. Par rapport au temps

- 5.1 Général sur « monde »
 - 5.1.1 Opinion sur **concitoyens** : conception; gestion
 - 5.1.2 **Réaction personnelle** par rapport à ces constats
- 5.2 Rapport personnel au temps – gestion au présent
 - 5.2.1 Importance de donner une durée aux activités
 - 5.2.2 « Heure » vs « retard »
 - 5.2.3 Agenda? Planifié?
 - 5.2.4 Concentration sur activité présente?
 - 5.2.5 Rythme de vie
 - 5.2.6 Variation des rythmes dans une journée/une semaine/une année → préoccupation des horaires (constante ou non?)
 - 5.2.7 Ennui? « Quoi faire aujourd'hui? »
 - 5.2.8 Réactions face à l'imprévu
 - 5.2.9 Importance du temps passé dans les espaces privilégiés
- 5.3 Rapport aux temps autres que présent
 - 5.3.1 Représentation du passé
 - Par rapport au domicile parental?
 - Par rapport à sa propre expérience?
 - Par rapport à l'Histoire?
 - 5.3.2 Avenir
 - Représentation

- Projets à long terme et perception

5.4 Temps parfait et caractéristiques

6. Par rapport au style de vie

6.1 Général

6.2 Description d'une journée-type vs non-type

6.3 Activités et habitudes de consommation

6.3.1 Étudiant

- Présence au cours
- Étude/travail

6.3.2 Loisir/temps libre

6.3.3 Repas

- Approvisionnement
- Préparation
- Ingestion
- Essentiel/inspiration/enchantement

6.3.4 Entretien

6.3.5 Repos

6.3.6 Transport

6.3.7 Habillement

7. Par rapport à la routine

7.1 La routine « dans l'espace public »

7.1.1 Connaissance que ma recherche = sur la routine = ?

7.1.2 Discours sur la routine « dans l'espace public » (à l'université/dans les médias)

7.1.3 Réaction personnelle par rapport à ces constats

7.2 La routine dans la « sphère privée »

7.2.1 Perception et importance de la routine parmi les proches

7.2.2 Réaction personnelle à ces constats

7.3 Rapport personnel à la routine

7.3.1 Définition de la routine

7.3.2 Activités de routine dans sa propre vie (motif/occasions/provoquées par/effets sur soi)

7.3.3 Sensations et impressions lors des activités de routine/avant/après

7.4 Opinion sur présence relative de la routine lorsque habitation au foyer parental

7.5 Influence éventuelle de la décohabitation sur perception de la routine

7.6 Influence éventuelle de la routine sur l'installation dans le nouvel appartement

7.7 Influence éventuelle de la routine sur image de soi

8. Par rapport aux marqueurs identitaires, en lien avec la routine

8.1 Lien entre routine et unité de soi

8.1.1 Éléments qui viennent spontanément pour se définir depuis la décohabitation

8.1.2 Sentiment d'être quelqu'un d'unifié – cohérence entre les parties?

8.1.3 Place de la routine dans ce sentiment

8.2 Lien entre routine et sentiment d'être singulier

8.2.1 Rapport à la routine contribue à te démarquer des autres?

8.3 Référence à la vie et l'avis des parents?

Bilan éventuel : choses qui dérangent/surprennent/font plaisir dans la nouvelle vie et choses retirées de cette nouvelle vie [garder pour la fin éventuellement]

APPENDICE D

FORMULAIRE DE CONSENTEMENT



FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT (sujet majeur)

« La routine dans un processus de (re)construction identitaire chez de jeunes adultes »
(titre de travail)

IDENTIFICATION

Chercheure responsable du projet : Raluca Tomulescu
Programme d'enseignement : Maîtrise en communication

BUT GÉNÉRAL DU PROJET ET DIRECTION

Vous êtes invité(e) à prendre part à cette recherche visant à explorer la présence et le rôle éventuel de la routine dans un processus de construction ou de reconstruction identitaire chez de jeunes adultes ayant quitté le domicile parental. Elle vise également à documenter quels discours et quelles significations sont véhiculés à propos de la routine par des jeunes dans une telle situation et dans une société où la vitesse et le changement sont fortement valorisés. Ce projet est réalisé dans le cadre d'un mémoire de maîtrise sous la direction de Luce Des Aulniers, anthropologue et professeure au département de communication sociale et publique de la Faculté de communication.

PROCÉDURE(S)

Votre participation consiste à donner deux (éventuellement trois) entrevues individuelles au cours desquelles il vous sera demandé de décrire, entre autres choses, votre expérience en tant que jeune individu ayant quitté le domicile parental, vivant en colocation et poursuivant des études. Ces entrevues seront enregistrées sur bande audio avec votre permission et prendront chacune environ 1 heure et demie de votre temps. Le lieu et l'heure des entrevues sont à convenir avec la responsable du projet, mais au moins un entretien devra être réalisé à votre domicile. La

transcription sur support informatique qui en suivra ne permettra pas de vous identifier, puisque vos propos seront rapportés sous pseudonyme et en gommant des détails trop spécifiques.

AVANTAGES et RISQUES

Votre participation contribuera à l'avancement des connaissances par une meilleure compréhension de l'importance de la routine dans un processus de construction ou de reconstruction identitaire chez de jeunes adultes. Il n'y a pas de risque d'inconfort important associé à votre participation à ces rencontres. Vous devez cependant prendre conscience que certaines questions pourraient raviver des émotions désagréables liées à une expérience que vous avez peut-être mal vécue. Vous demeurez libre de ne pas répondre à une question que vous estimez embarrassante sans avoir à vous justifier. Une ressource d'aide appropriée pourra vous être proposée si vous souhaitez discuter de votre situation. Il est de la responsabilité du chercheur de suspendre ou de mettre fin à l'entrevue s'il estime que votre bien-être est menacé. De manière générale, il s'avère que la participation à ce type d'étude, qualitative, représente une occasion de réflexion et d'organisation de l'expérience pour la personne qui s'y prête.

CONFIDENTIALITÉ

Il est entendu que les renseignements recueillis lors de l'entrevue sont confidentiels et que seules la responsable du projet et sa directrice de recherche auront accès à votre enregistrement et au contenu de sa transcription. Le matériel de recherche (bande sonore et transcription) ainsi que votre formulaire de consentement seront conservés séparément sous clé par la responsable du projet pour la durée totale du projet. Les bandes audio ainsi que les formulaires de consentement seront détruits 2 ans après les dernières publications.

PARTICIPATION VOLONTAIRE

Votre participation à ce projet est volontaire. Cela signifie que vous acceptez de participer au projet sans aucune contrainte ou pression extérieure et que, par ailleurs, vous êtes libre de mettre fin à votre participation en tout temps au cours de cette recherche. Dans ce cas, les renseignements vous concernant seront détruits. Votre accord à participer implique également que vous acceptez que la responsable du projet puisse utiliser aux fins de la présente recherche (articles, conférences et communications scientifiques) les renseignements recueillis à la condition qu'aucune information permettant de vous identifier ne soit divulguée publiquement à moins d'un consentement explicite de votre part.

COMPENSATION FINANCIÈRE

Au terme de votre participation, vous recevrez une rémunération de 25 dollars. Un résumé des résultats de recherche vous sera transmis au terme du projet.

DES QUESTIONS SUR LE PROJET OU SUR VOS DROITS?

Vous pouvez contacter la responsable du projet pour des questions additionnelles sur le projet. Vous pouvez également discuter avec la directrice de recherche des conditions dans lesquelles se déroule votre participation et de vos droits en tant que participant(e) de recherche.

Le projet auquel vous allez participer a été approuvé au plan de l'éthique de la recherche avec des êtres humains. Pour toute question ne pouvant être adressée à la directrice de recherche ou pour formuler une plainte ou des commentaires, vous pouvez contacter le Président du Comité institutionnel d'éthique de la recherche, Joseph Josy Lévy.

REMERCIEMENTS

Votre collaboration est essentielle à la réalisation de ce projet et nous tenons à vous en remercier.

SIGNATURES :

Je, _____, reconnais avoir lu le présent formulaire de consentement et consens volontairement à participer à ce projet de recherche. Je reconnais aussi que la responsable du projet a répondu à mes questions de manière satisfaisante et que j'ai disposé de suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision de participer. Je comprends que ma participation à cette recherche est totalement volontaire et que je peux y mettre fin en tout temps, sans pénalité d'aucune forme, ni justification à donner. Il me suffit d'en informer la responsable du projet.

Signature du/de la participant(e) :

Date :

Nom (lettres moulées) et coordonnées :

Signature de la responsable du projet :

Date :

Veillez conserver le premier exemplaire de ce formulaire de consentement pour communication éventuelle avec l'équipe de recherche et remettre le second à l'interviewer.

APPENDICE E

CERTIFICAT D'ÉTHIQUE

UQAM


Conformité à l'éthique en matière de recherche impliquant la participation de sujets humains

Le projet de mémoire ou de thèse suivant est jugé conforme aux pratiques usuelles en éthique de la recherche et répond aux normes établies par le Cadre normatif pour l'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université du Québec à Montréal (1999) et l'Énoncé de politique des trois Conseils : éthique de la recherche avec des êtres humains (1998).

Nom de l'étudiant(e) : Raluca Tomulescu
Programme d'études : Maîtrise en communication
Directeur de recherche : Lucie Des Aulniers
Professeure
Département de communication sociale et publique
Case postale 6888, succursale Centre-ville, Montréal
(PQ) H3C 3P8
Téléphone : 967-3000 poste 7901
Adresse courriel (1) : des_aulniers.lucie@uqam.ca
Adresse courriel (2) : superadu@gmail.com

Titre du projet : L'importance de la routine dans un processus de (re) construction identitaire chez les jeunes adultes.

Le présent certificat est valide jusqu'au 6 novembre 2010*.


Président du Comité institutionnel d'éthique
de la recherche avec des êtres humains

Signataire autorisé : Joseph Josy Lévy, Ph.D.
Professeur
Département de sociologie
Faculté des sciences humaines

Date : 6 novembre 2009

*Date de la remise du rapport d'avancement du projet à des fins de reconduction du certificat : 6 octobre 2010. (<http://www.recherche.uqam.ca/ethique/sumaris-audre-martin.htm>)

BIBLIOGRAPHIE

Ouvrages cités ou consultés

- Allain, Carol. 2005. *Génération Y : l'enfant-roi devenu adulte*. Outremont, Québec : Éditions Logiques, 174p.
- Aubert, Nicole. 2006. « La société du présent immédiat ». In *Société en changement – société de changement*, Marc-Henry Soulet (éd.), p.43-60. Fribourg : Academic Press Fribourg.
- Augé, Marc. 1992. *Non-lieux : introduction à une anthropologie de la surmodernité*. Paris : Éditions du Seuil, 149p.
- _____. 1997. « Le nouvel espace-temps de l'anthropologie ». In *Dire les autres : réflexions et pratiques ethnologiques*, sous la dir. de Jacques Hainard et Roland Kaehr, p.9-12. Lausanne : Payot.
- _____. 2011. *Où est passé l'avenir ?* Paris : Seuil, 192p.
- Bajoit, Guy. 2004. « Les jeunes en quête de sens dans un monde incertain ». In *Qu'attend-on des jeunes aujourd'hui? Les jeunes et leurs valeurs : Actes du colloque* (Trois-Rivières, 5 novembre 2004). En ligne.
http://www.hainaut.be/culture/formationsDGAC/seminaires/medias/guy_bajoit_abstract_de_la_conference.pdf. Consulté le 14 mai 2012.
- Balandier, Georges. 2005. *Le grand dérangement*. Paris : PUF, 119p.
- _____. 2006. « La dé-territorialisation et nos "nouveaux nouveaux mondes" ». In *Société en changement – société de changement*, Marc-Henry Soulet (éd.), p.15-21. Fribourg : Academic Press Fribourg.
- Belgaroui-Degalet, Alya. 2008. « Les *Desperate Housewives* en leurs maisons ». In *Habiter-Communiquer*, sous la dir. de Jean Mottet, p.143-153. Paris : L'Harmattan.
- Bertaux, Daniel. 2006. *L'enquête et ses méthodes : Le récit de vie*. Paris : Armand Colin, 126p.
- Bonte, Pierre et Michel Izard (éds.). 2004. *Dictionnaire de l'ethnologie et de l'anthropologie*. Paris : Presses universitaires de France, 842p.
- Bouchard, Gérard. 2006. « Crise de la culture ou transition? Pour une nouvelle alliance du discours et de l'action ». In *Société en changement – société de changement*, Marc-Henry Soulet (éd.), p.61-94. Fribourg : Academic Press Fribourg.
- Certeau, Michel de. 1990. *Arts de faire*. Paris : Gallimard, 349p.

- Certeau, Michel de, Luce Giard et Pierre Mayol. 1994. *Habiter, cuisiner*. Paris : Gallimard, 415p.
- Deleuze, Gilles. 1968. *Différence et répétition*. Paris : PUF, 411p.
- Des Aulniers, Luce. 1997. *Itinérances de la maladie grave, le temps des nomades*. Paris : L'Harmattan, 623p.
- _____. 2009b. *La fascination, Nouveau désir d'éternité*. Sainte-Foy : PUQ, 395p.
- Deschamps, Chantal. 1993. *L'approche phénoménologique en recherche*. Montréal : Guérin, 111p.
- Deslauriers, Jean-Pierre. 1991. *Recherche qualitative: guide pratique*. Montréal : McGraw-Hill, 142p.
- Deslauriers, Jean-Pierre et Michèle Kérisit. 1997. « Le devis de recherche qualitative ». In *La recherche qualitative: Enjeux épistémologiques et méthodologiques*, sous la dir. de Jean Poupart et al., p.85-111. Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.
- Elbaz, Mikhaël, Andrée Fortin et Guy Laforest. 1996. *Les frontières de l'identité : modernité et postmodernisme au Québec*. Sainte-Foy : Presses de l'Université Laval; Paris : L'Harmattan, 374p.
- Elias, Norbert. 1996. *Du temps*. Paris : Fayard, 223p.
- Ferréol, Gilles et Guy Jucquois (sous la dir.). 2003. *Dictionnaire de l'altérité et des relations interculturelles*. Paris : A. Colin, 353p.
- Fortin, Marie-Fabienne. 2006. *Fondements et étapes du processus de recherche*. Montréal : Chenelière-éducation, 485p.
- Gaviria, Sandra. 2005. *Quitter ses parents : devenir adulte, en Espagne et en France, un processus divergent*. Rennes : Presses universitaires de Rennes, 297 p.
- Giddens, Anthony. 1987. *La constitution de la société : éléments de la théorie de la structuration*. Paris : PUF, 474p.
- Giorgi, Amedeo. 1997. « De la méthode phénoménologique utilisée comme mode de recherche qualitative en sciences humaines : théorie, pratiques et évaluation ». In *La recherche qualitative: Enjeux épistémologiques et méthodologiques*, sous la dir. de Jean Poupart et al., p.341-364. Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.
- Glaser, Barney G., et Anselm L. Strauss. 1967. *The discovery of grounded theory*. Chicago : Aldine Pub., 271p.
- Grand dictionnaire encyclopédique Larousse. 1982. Paris : Larousse.
- Heidegger, Martin. 1980. *Être et temps*. Paris : Gallimard, 589p.
- Honoré, Carl. 2004. *Éloge de la lenteur*. Paris : Marabout, 288p.

- Jankélévitch, Vladimir. 1963. *L'aventure, l'ennui, le sérieux*. Paris: Éditions Montaigne, 224 p.
- Kahn, René. 2007. *Régulation temporelle et territoires urbains : habiter l'espace et le temps d'une ville*. Paris : L'Harmattan, 273p.
- Laïdi, Zaki. 1999. *La tyrannie de l'urgence*. Montréal Fides ; Québec Musée de la Civilisation, 45p.
- _____. 2002. *Le sacre du présent*. Paris : Flammarion, 278p.
- Laperrière, Anne. 1997. « La théorisation ancrée (grounded theory) : démarche analytique et comparaison avec d'autres approches apparentées ». In *La recherche qualitative : Enjeux épistémologiques et méthodologiques*, sous la dir. de Jean Poupart et al., p.309-340. Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.
- Laramée, Alain et Bernard Vallée. 1991. *La recherche en communication. Éléments de méthodologie*. Sainte-Foy : PUQ, 377p.
- Lardellier, Pascal. 2001. *Anthropologie & communication*. Paris : L'Harmattan, 207p.
- Lasén, Amparo. 2001. *Le temps des jeunes : rythmes, durées et virtualités*. Paris; Montréal : L'Harmattan, 316p.
- Lefebvre, Henri. 1961. « Mise au point ». Premier Chapitre in *Fondements d'une sociologie de la quotidienneté (Critique de la vie quotidienne II)*, p.7-103. Paris : L'Arche.
- Lefebvre, Henri. 1992. *Éléments de rythmanalyse : Introduction à la connaissance des rythmes*. Paris : Éditions Syllepse, 116p.
- Le Petit Robert. 2002. Paris : Dictionnaires Le Robert.
- Lévi-Strauss, Claude. 2011. *L'Anthropologie face aux problèmes du monde moderne*. Paris : Seuil, 145p.
- Lipovetsky, Gilles. 1989. *L'Ère du vide : Essais sur l'individualisme contemporain*, Paris : Folio, 327p.
- _____. 2004. *Les temps hypermodernes*. Paris : Bernard Grasset, 186p.
- _____. 2006. *Le bonheur paradoxal : essai sur la société d'hyperconsommation*. Paris : Gallimard, 377p.
- Lyotard, Jean-François. 1979. *La condition postmoderne : rapport sur le savoir*. Paris : Éditions de Minuit, 109p.
- Maffesoli, Michel. 1998. *La conquête du présent : pour une sociologie de la vie quotidienne*. Paris : PUF, 200p.

- Molgat, Marc. 2003. « Pourquoi, aujourd'hui, quitter père et mère? Ruptures et continuités dans les motifs du départ du foyer parental au Canada ». Chap. in *Les jeunes adultes et leurs parents : autonomie, liens familiaux et modes de vie*, p.45-73. Sainte-Foy : Presses de l'Université Laval.
- Mongeau, Pierre. 2008. *Réaliser son mémoire ou sa thèse. Côté jeans & côté tenue de soirée*. Sainte-Foy: Presses de l'Université du Québec, 145p.
- Mucchielli, Alex. 2009. « Compréhensive (approche) ». In *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines*, sous la dir. d'Alex Mucchielli, p.49-55. Paris : Armand Colin.
- Mucchielli, Alex. 2009. « Interview non directive (ou compréhensive) centrée ». In *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines*, sous la dir. d'Alex Mucchielli, p.206-208. Paris : Armand Colin.
- Paillé, Pierre et Alex Mucchielli. 2003. *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. Paris : Armand Colin, 211p.
- Paillé, Pierre. 2009. « Qualitative (analyse) ». In *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines*, sous la dir. d'Alex Mucchielli, p.332-335. Paris : Armand Colin.
- _____. 2009. « Qualitative par théorisation (analyse) ». In *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines*, sous la dir. d'Alex Mucchielli, p.338-347. Paris : Armand Colin.
- _____. 2009. « Recherche qualitative ». In *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines*, sous la dir. d'Alex Mucchielli, p.356-360. Paris : Armand Colin.
- Paquot, Thierry. 2008. « Maison et écologie ». In *Habiter-Communiquer*, sous la dir. de Jean Mottet, p.109-118. Paris : L'Harmattan.
- Pinaud, Florence et Marie Desplats. 2011. *Manager la génération Y : travailler avec les 20-30 ans*. Paris : Dunod, 207p.
- Poirier, Jean (sous la dir.). 1990. *Les coordonnées de l'homme et la culture matérielle*. T.1 d'Histoire des mœurs. Paris : Gallimard.
- Pourtois, Jean-Pierre et Huguette Desmet. 2009. « Contexte dans le paradigme compréhensif (rôle du) ». In *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines*, sous la dir. d'Alex Mucchielli, p.69-71. Paris : Armand Colin.
- _____. 2009. « Épistémologie des méthodes qualitatives ». In *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines*, sous la dir. d'Alex Mucchielli, p.121-130. Paris : Armand Colin.
- Rafele, Antonio. 2010. *La métropole : Benjamin et Simmel*. Préf. de Michel Maffesoli. Paris : CNRS Éditions, 137p.
- Ramos, Elsa. 2002. « Introduction ». Chap. in *Rester enfant, devenir adulte : la cohabitation des étudiants chez leurs parents*, p.15-36. Paris : Harmattan.

- Ramos, Elsa. 2003. « Le jeune adulte producteur de nouvelles relations dans la cohabitation intergénérationnelle. Étude de cas en France ». In *Les jeunes adultes et leurs parents : autonomie, liens familiaux et modes de vie*, sous la dir. D'Emmanuelle Maunaye et Marc Molgat, p.27-44. Sainte-Foy : Presses de l'Université Laval.
- Ravaisson, Félix. 1997. *De l'Habitude*. Paris : Éditions Payot & Rivages, 123p.
- Raybaut, Paul. 2009. « Récits de vie (méthode des) ». In *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines*, sous la dir. d'Alex Mucchielli, p.360-368. Paris : Armand Colin.
- Savoie-Zajc, Lorraine. 2009. « Éthique en recherche qualitative ». In *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines*, sous la dir. d'Alex Mucchielli, p.131-133. Paris : Armand Colin.
- _____. 2009. « Journal de bord ». In *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines*, sous la dir. d'Alex Mucchielli, p.218-219. Paris : Armand Colin.
- _____. 2009. « Saturation ». In *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines*, sous la dir. d'Alex Mucchielli, p.369-370. Paris : Armand Colin.
- _____. 2009. « Validation des méthodes qualitatives (critères de) ». In *Dictionnaire des méthodes qualitatives en sciences humaines*, sous la dir. d'Alex Mucchielli, p.463-465. Paris : Armand Colin.
- Schütz, Alfred. 1987. *Le chercheur et le quotidien. Phénoménologie des sciences sociales*. Paris : Méridiens Klincksieck, 286p.
- Segaud, Marion. 2012. *Anthropologie de l'espace : habiter, fonder, distribuer, transformer*. Paris : Armand Colin, 245p.
- Sennett, Richard. 2000. *Le travail sans qualités*. Paris : A. Michel, 221p.
- Servais, Paul. 1999. « Temps et culture matérielle » In *Quatre essais sur temps et culture : actes du Séminaire international Temps et culture*, sous la dir. de Hubert Watelet, p.9-18. Québec: Centre interuniversitaire d'études québécoises.
- Silva, Elizabeth B. 2002. « Routine Matters: Narratives of Everyday Life in Families » In *Social conceptions of time: structure and process in work and everyday life*, sous la dir. de, Graham Crow et Sue Heath, p.179-194. New-York: Palgrave MacMillan.
- Soulet, Marc-Henry. 2006. *Société en changement-société de changement*. Fribourg : Academic Press Fribourg, 144p.
- Tabboni, Simonetta. 2006. *Les temps sociaux*. Paris : Armand Colin, 183p.
- Taguieff, Pierre-André. 2000. *L'effacement de l'avenir*. Paris : Galilée Éditions, 483p.
- Thomas, Louis-Vincent. 1989. « Auto-portrait ou faux-semblant ? ». *Quel corps? Numéro spécial (J.-M. Brohm, éd.), La Galaxie Anthropologique: en hommage à Louis-Vincent Thomas*, no 38-39, p. 7-13.

- _____. 1989. « Sociologie et épistémologie ou réflexion sur un faux problème ». *Quel corps? Numéro spécial (J.-M. Brohm, éd.) La galaxie anthropologique : en hommage à Louis-Vincent Thomas*, no 38-39, p.100-119.
- Van den Broek, Andries, Koen Breedveld et Wim Knulst. 2002. « Roles, Rhythms and Routines: Towards a New Script of Daily Life in the Netherlands » In *Social conceptions of time: structure and process in work and everyday life*, sous la dir. de, Graham Crow et Sue Heath, p.195-214. New-York: Palgrave MacMillan.
- Younès, Chris. 2008. « La maison de l'impossible ». In *Habiter-Communiquer*, sous la dir. de Jean Mottet, p.43-51. Paris : L'Harmattan.

Articles de revues

- Alonso-Aldama, Juan. 2010. « Les habitudes bouleversées : le rôle stratégique de la surprise » *Revue Protée*, vol.38, no 2, p.69-76.
- Alonso-Aldama, Juan et Erik Bertin. 2010. « Présentation : répétition et habitude dans les pratiques quotidiennes ». *Revue Protée*, vol.38, no 2, p.5-7.
- Bertho Lavenir, Catherine. 2003. « Spéciale dernière et autres billevesées ». *Cahiers de Médiologie (Éternel Éphémère)*, no 16, p.143-151.
- Bertin, Erik. 2010. « Écouter et réécouter : la musique au fil des jours ». *Revue Protée*, vol.38, no 2, p.29-40.
- Breviglieri, Marc. 2004. « Habiter l'espace de travail : perspectives sur la routine ». *Histoire & Sociétés*, no 9, p.18-29.
- Burkitt, Ian. 2004. « The time and space of everyday life ». *Cultural Studies*, vol.18, no 2 & 3, p.211-227.
- Chalas, Yves. 1988. « La routine : analyse d'une composante de la vie quotidienne à travers les pratiques d'habiter ». *Cahiers internationaux de Sociologie*, vol. LXXXV, p.243-256.
- Conein, Bernard. 1998. « La notion de routine : problème de définition ». *Sociologie du Travail*, no 4, p.479-489.
- Dagonet, François. 1996. « Route, anti-route et méta-route ». *Cahiers de Médiologie (Qu'est-ce qu'une route?)*, no 2, p.19-28.
- Des Aulniers, Luce. 1993. « Pillage en douce ou radicalité attentive. L'ethnographie en situation de menace ». *Revue de l'Association pour la recherche qualitative*, vol 9 (Automne), p. 115-136.

- De Biasi, Pierre-Marc. 2003. « Destination éphémère ». *Cahiers de Médiologie (Éternel Éphémère)*, no 16, p.9-17.
- Drouet, Maxime. 2003. « Stratégies du bref ». *Cahiers de Médiologie (Éternel Éphémère)*, no 16, p.119-127.
- Fléchon, Dominique (Entretien). 2003. « Le tour du cadran ». *Cahiers de Médiologie (Éternel Éphémère)*, no 16, p.103-109.
- Greenacre, Phyllis. 1958. « Early physical determinants in the development of the sense of identity », (Read in a Panel Discussion of «Problems of Identity», at the annual Meeting of the American Psychoanalytic Association, Chicago, May 11, 1957), *Journal of the American Psychoanalysis Association*, vol. VI, p. 612-627.
- Heilbrunn, Benoît. 2003. « Identités à décliner ». *Cahiers de Médiologie (Éternel Éphémère)*, no 16, p.137-141.
- Highmore, Ben. 2004. « Homework: Routine, social aesthetics and the ambiguity of everyday life ». *Cultural Studies*, vol.18, no 2 & 3, p.306-327.
- Kubicek, Lorraine F. et Frédérique Le Houezec-Jacquemain. 2002. « L'évaluation des pratiques familiales de routine dans les trois premières années de la vie ». *Devenir*, vol. 24, no 4, p.377-388.
- Maunaye, Emmanuelle. 2001. « Quitter ses parents : Trouver la bonne distance ». *Terrain*, n°36 (mars). En ligne. <http://terrain.revues.org/index1168.html>. Consulté le 20 janvier 2009.
- Miquel, Pierre. 2003. « Éloge de l'anodin ». *Cahiers de Médiologie (Éternel Éphémère)*, no 16, p.69-73.
- Paillé, Pierre. 1994. « L'analyse par théorisation ancrée ». *Cahiers de recherche sociologique*, no 23, p.147-181.
- Reynaud, Bénédicte. 1998. « Les propriétés des routines : outils pragmatiques de décision et modes de coordination collective ». *Sociologie du Travail*, no 4, p.465-477.
- Sandywell, Barry. 2004. « The myth of everyday life: Toward a heterology of the ordinary ». *Cultural Studies*, vol.18, no 2 & 3, p.160-180.
- Schweizer, Thomas et al. 1998. « Personal networks and social support in a multiethnic community of southern California ». *Social Networks*, no 20, p.1-21.
- Semprini, Andrea. 2010. « Répétition, réalité, mondes possibles ». *Revue Protée*, vol.38, no 2, p.77-82.
- Urbain, Jean-Didier. 2010. « L'habitude performative : ou la "routine" créatrice ». *Revue Protée*, vol.38, no 2, p.21-28.

Wolton, Dominique. 2001. « La communication, un enjeu scientifique et politique majeur du XXI^{ème} siècle ». *Revue de l'année sociologique*, vol. 51, no 2. En ligne. http://www.wolton.cnrs.fr/FR/dwcompil/presse/comm_enjeu.html. Consulté le 21 mai 2009.

Articles de journaux

Agence France-Presse. 2010a. « Une université pour les adeptes du « slow food ». *La Presse* (Montréal), 14 juin. En ligne. <http://www.lapresse.ca/vivre/gourmand/cuisine/en-vrac/201006/14/01-4289803-une-universite-pour-les-adeptes-du-slow-food-.php>. Consulté le 16 juin 2010.

Agence France-Presse. 2010b. « Les 18-24 ans, "génération numérique" de mutants ». *La Presse* (Montréal), 6 juillet. En ligne. <http://techno.lapresse.ca/nouvelles/201007/06/01-4295938-les-18-24-ans-generation-numerique-de-mutants.php>. Consultée le 6 juillet 2010.

Allard, Sophie. 2012. « Éloge du ménage ». *La Presse* (Montréal), 20 avril. En ligne. <http://www.lapresse.ca/vivre/sante/201204/20/01-4517272-elogue-du-menage.php>. Consulté le 20 avril 2012.

Côté, Émilie. 2008. Série Montréal la chic : « Au service des riches, assistante personnelle sur demande ». *La Presse* (Montréal), 17 septembre, p.A7.

Dumas, Ève. 2010. « Acheter mieux (dossier vivre un été *slow*) ». *La Presse* (Montréal), 25 juin. En ligne. http://www.lapresse.ca/vivre/mode/201006/25/01-4293140-acheter-mieux.php?utm_categorieinterne=traficdrivers&utm_contenuinterne=cyberpresse_vous_suggere_4293134_article_POS1. Consulté le 1^{er} juillet 2010.

Collard, Nathalie. 2010. « S'informer *slow* (dossier vivre un été *slow*) ». *La Presse* (Montréal), 25 juin. En ligne. http://www.lapresse.ca/sports/medias/201006/25/01-4293158-sinformer-slow.php?utm_categorieinterne=traficdrivers&utm_contenuinterne=cyberpresse_vous_suggere_4293140_article_POS3. Consulté le 1^{er} juillet 2010.

Galipeau, Sylvia. 2010. « Pour en finir avec Tanguy ». *La Presse* (Montréal), 24 septembre. En ligne. <http://www.lapresse.ca/vivre/societe/201009/24/01-4326101-pour-en-finir-avec-tanguy.php>. Consulté le 24 septembre 2010.

Lacube, Nathalie. 2005. Dossier « Couples, retrouvez-vous! » : « Les vacances d'été peuvent être l'occasion de consolider le dialogue, à condition de ne pas tout miser sur cette période ». *La Croix*, 6 juillet, p.13.

Lortie, Marie-Claude. 2008. Série Montréal la chic : « Acheter la paix : Et si l'ultime luxe était de pouvoir prendre le temps de vivre? ». *La Presse* (Montréal), 16 septembre, p.A8.

_____. 2010. « La lenteur dans notre assiette (dossier vivre un été *slow*) ». *La Presse* (Montréal), 25 juin. En ligne. http://www.lapresse.ca/vivre/societe/201006/25/01-4293134-mouvement-slow-lentement-mais-surement.php?utm_categorieinterne=traffiddrivers&utm_contenuinterne=cyberpresse_vous_sugere_4293158_article_POS1. Consulté le 1^{er} juillet 2010.

Marantz Henig, Robin. 2010. « What is it about 20-somethings? ». *The New York Times* (New York), 18 août. En ligne. <http://www.nytimes.com/2010/08/22/magazine/22Adulthood-t.html?pagewanted=all&r=0>. Consulté le 25 août 2010.

Moisan, Mylène. 2002. « La vie de couple sous des toits différents : adresse à part ». *Le Soleil* (Québec), 15 janvier, p.B1.

St-Jacques, Sylvie. 2010. « Voyager autrement (dossier vivre un été *slow*) ». *La Presse* (Montréal), 25 juin. En ligne. http://www.lapresse.ca/voyage/201006/25/01-4293143-voyager-autrement.php?utm_categorieinterne=traffiddrivers&utm_contenuinterne=cyberpresse_vous_sugere_4293134_article_POS2. Consulté le 1^{er} juillet 2010.

Organisations

Association québécoise des organismes de coopération internationale [AQOCI]. 2010. « Revoyons le développement » (document thématique), Montréal, 86p.

Centre national de ressources textuelles et lexicales, Centre national de la recherche scientifique, CNRS, sous économie. En ligne. <http://www.cnrtl.fr/definition/%C3%A9conomie>. Consulté le 21 octobre 2012.

Centre national de ressources textuelles et lexicales, Centre national de la recherche scientifique, CNRS, sous hédonisme. En ligne. <http://www.cnrtl.fr/definition/h%C3%A9donisme>. Consulté le 30 décembre 2012.

Centre national de ressources textuelles et lexicales, Centre national de la recherche scientifique, CNRS, sous nostalgie. En ligne. <http://www.cnrtl.fr/definition/nostalgie>. Consulté le 21 octobre 2012.

Centre national de ressources textuelles et lexicales, Centre national de la recherche scientifique, CNRS, sous routine. En ligne. <http://www.cnrtl.fr/definition/routine>. Consulté le 21 octobre 2012.

Centre national de ressources textuelles et lexicales, Centre national de la recherche scientifique, CNRS, sous rythme. En ligne. <http://www.cnrtl.fr/definition/rythme>. Consulté le 21 octobre 2012.

Université du Québec à Montréal [UQÀM]. 2012. « Cadre normatif pour l'éthique de la recherche avec des êtres humains ». En ligne. <http://www.recherche.ugam.ca/ethique/humains/cadre-normatif-ethique-humains.html#3-principes-%C3%A9thiques-directeurs>. Consulté le 23 décembre 2012.

University of Toronto. 2009. Computing in the Humanities and Social Sciences. En ligne. http://www.chass.utoronto.ca/~wulfric/rentexte/amyot/am_txt.htm. Consulté le 1^{er} juin 2009.

Notes de cours

Des Aulniers, Luce. 2007. « Les liens entre l'anthropologie et les communications ». *Notes schématiques du cours final COM-7018, Approches anthropologiques en communication*, Montréal, UQÀM, 4p

_____. 2009a. « Identité ». *Notes de cours 1 COM-8123, Identité et Altérité en terrains*, Montréal, UQÀM, 8p.

Mémoires consultés

Barsalou, Marc André. Mars 2010. « L'expérience du silence et la rencontre ». Montréal, Maîtrise en communication, Université du Québec à Montréal, 164p.

Jiménez, Tania Selena. Avril 2010. « La rencontre de l'Autre en voyage ». Montréal, Maîtrise en communication, Université du Québec à Montréal, 170p.

Lacaille, Émilie. Juillet 2009. « Cacophonie alimentaire et femmes québécoises : des modèles alimentaires en mutation ». Montréal, Maîtrise en communication, Université du Québec à Montréal, 167p.